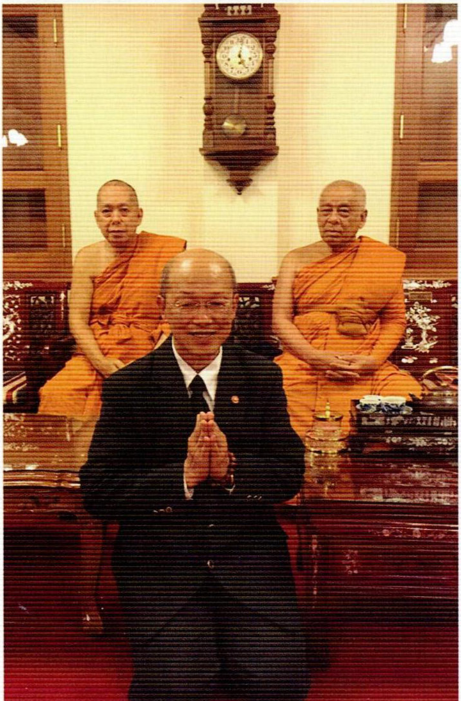
ธานิยปูชา

สวัสดีปีใหม่ ๒๕๖๑

ครอบครัว "พวงวรินทร์"



ธานิยปูชา

๒๕๖๐

ฐานิยปูชา ๒๕๖๐
พระราชสังวรญาณ (พุธ ฐานิโย)

พิมพ์เมื่อ ธันวาคม ๒๕๖๐
ยอดพิมพ์ ๑๐,๐๐๐ เล่ม
จัดพิมพ์โดย : ศาสตราจารย์ นายแพทย์นิพนธ์ พวงวรินทร์

พิมพ์ที่ : ห้างหุ้นส่วนจำกัด เรือนแก้วการพิมพ์
๙๔๗ ถนนอรุณอมรินทร์ แขวงศิริราช เขตบางกอกน้อย กรุงเทพมหานคร ๑๐๗๐๐
โทร. ๐-๒๔๑๑-๑๕๒๓, ๐-๒๔๑๒-๖๕๕๒ โทรสาร ๐-๒๘๖๖-๓๒๔๘

ส.ค.ส. ๒๕๖๑

ในวาระดิถีขึ้นปีใหม่ ๒๕๖๑ นี้ กระผมและครอบครัว **"พวงวรินทร์"** ขอส่งความสุขมายังท่านที่เคารพรักด้วยหนังสือ **"ฐานิยปูชา ๒๕๖๐"** ของ **พระราชสังวรญาณ (พุธ ฐานิโย)** ที่เป็นแสงนำความสุข สงบ ปีติ แด่ทุกท่าน

ขอแสดงความเคารพรัก

นายบุญชู พวงวรินทร์

ศ.นพ.นิพนธ์ – วิไลวรรณ – นวภูมิ พวงวรินทร์

บ้านนวภูมิ

หมู่บ้านณุศาศิริ ราชพฤกษ์ กรุงเทพมหานคร

พฤศจิกายน ๒๕๖๐

สารบัญ

	หน้า
เกร็ดธรรมคำสอนของหลวงพ่อ	๑
❋ พระพุทธเจ้าไม่เหมือนศาสดาองค์อื่น	๓
❋ พุทธแท้มีน้อยมาก	๔
❋ นับถือเทพเทวดา ผิดไหม	๕
❋ พ่อแม่ครูอาจารย์ของหลวงพ่อ	๖
❋ วิธีปลดแอกจากวิญญาณที่มาเข้าสิง	๘
❋ ขายนาไปซื้อรถ คุ้มไหม	๑๐
❋ อานุภาพของพลังเมตตา	๑๒
❋ ตายอย่างไรให้ไปดี	๑๔
❋ ทำงานอย่างไรจึงจะได้บุญด้วย	๑๖
❋ คิดชั่ว บาปไหม	๑๗
❋ ศีลนั้น สำคัญไฉน	๑๘
❋ รับศีลแล้วรักษาไม่ได้ ทำอย่างไร	๒๐
❋ ยังทำอาชีพที่พระพุทธเจ้าห้าม จะทำอย่างไร	๒๒
❋ ปุจฉา-วิสัชนา เรื่องการทำแท้ง	๒๔
❋ ใครผิดกันแน่	๒๖
❋ เรื่องที่นักบวชควรระวัง	๒๘
❋ ทำไมพระจึงทะเลาะกัน	๓๐
❋ พระทำสิ่งที่ผิดกฎหมายเป็นอาบัติ	๓๑
❋ พระพุทธเจ้าให้พระสรงน้ำ ๑๕ วันครั้ง จริงหรือไม่	๓๒

หน้า

❋ ระวัง! พระดังอาจไม่ใช่พระดี ๓๓

❋ ทำบุญใส่บาตรกับพระไม่ดี ได้บุญไหม ๓๔

❋ กฎแห่งกรรมเป็นสากล ๓๕

❋ ชีวิตของคนเราขึ้นอยู่กับกฎแห่งกรรม ๓๖

❋ พลังจิตมีทั้งคุณและโทษ ๓๘

❋ ใช้สมาธิให้เกิดประโยชน์ในชีวิตประจำวัน ๓๙

❋ ลักษณะสมาธิแบบสะกดจิต ๔๐

❋ ถ้าสงสัยเรื่องคำบริกรรมก็ไม่ต้องบริกรรม ๔๑

❋ ทำไมทำสมาธิแล้วเพี้ยนไป ๔๒

❋ สมาธิธรรมชาติจะไปค้นคว้าพิจารณาเรื่องที่คล่องตัวอยู่แล้ว ๔๔

❋ วาสนาเก่า ๔๖

❋ จิตกับวิญญาณเหมือนกันหรือไม่ ๔๗

❋ จุติวิญญาณ-ปฏิสนธิวิญญาณในปัจจุบันและอนาคต ๔๙

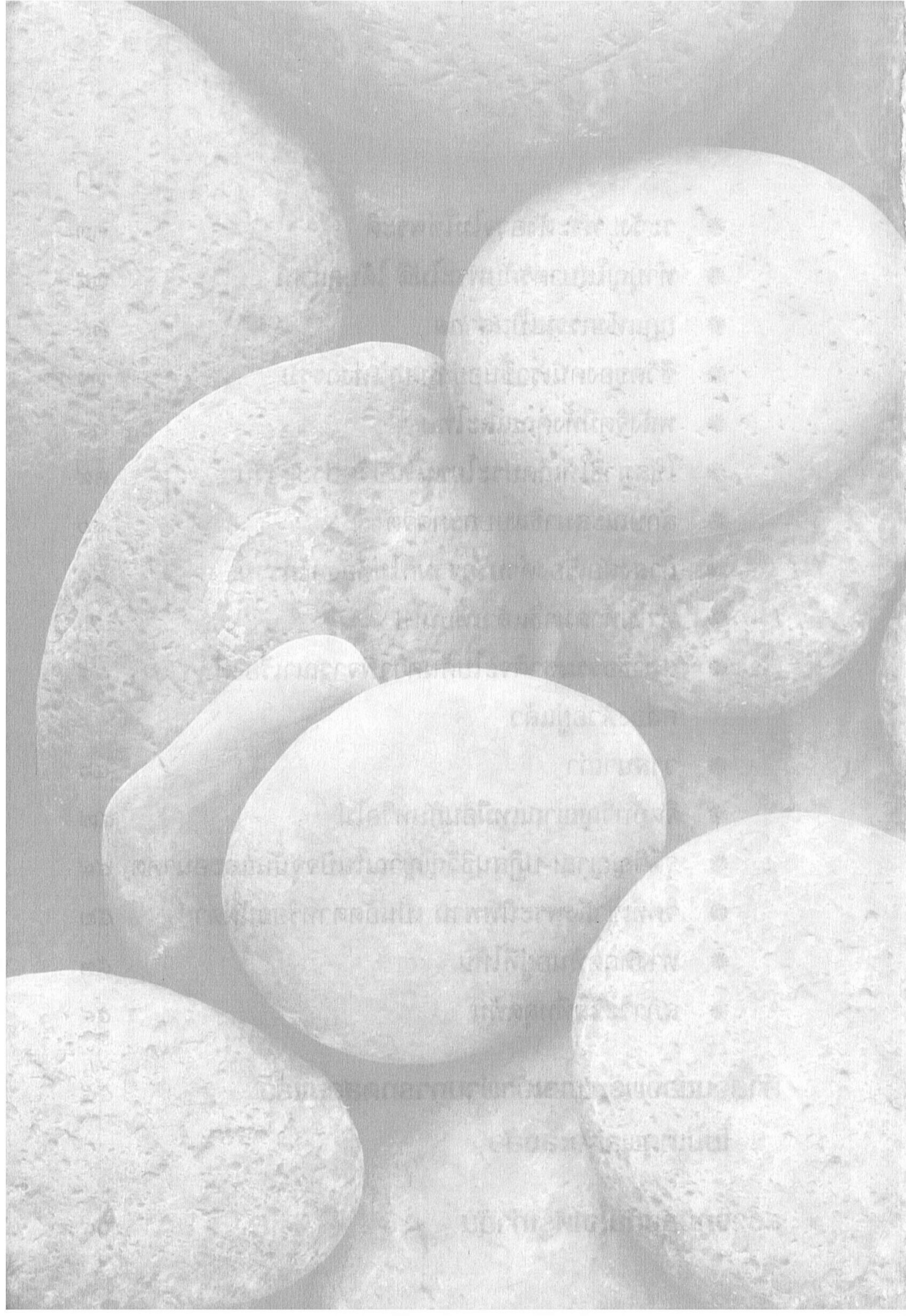
❋ จิตที่เข้าถึงพระนิพพาน เป็นอัตตาหรืออนัตตา ๕๒

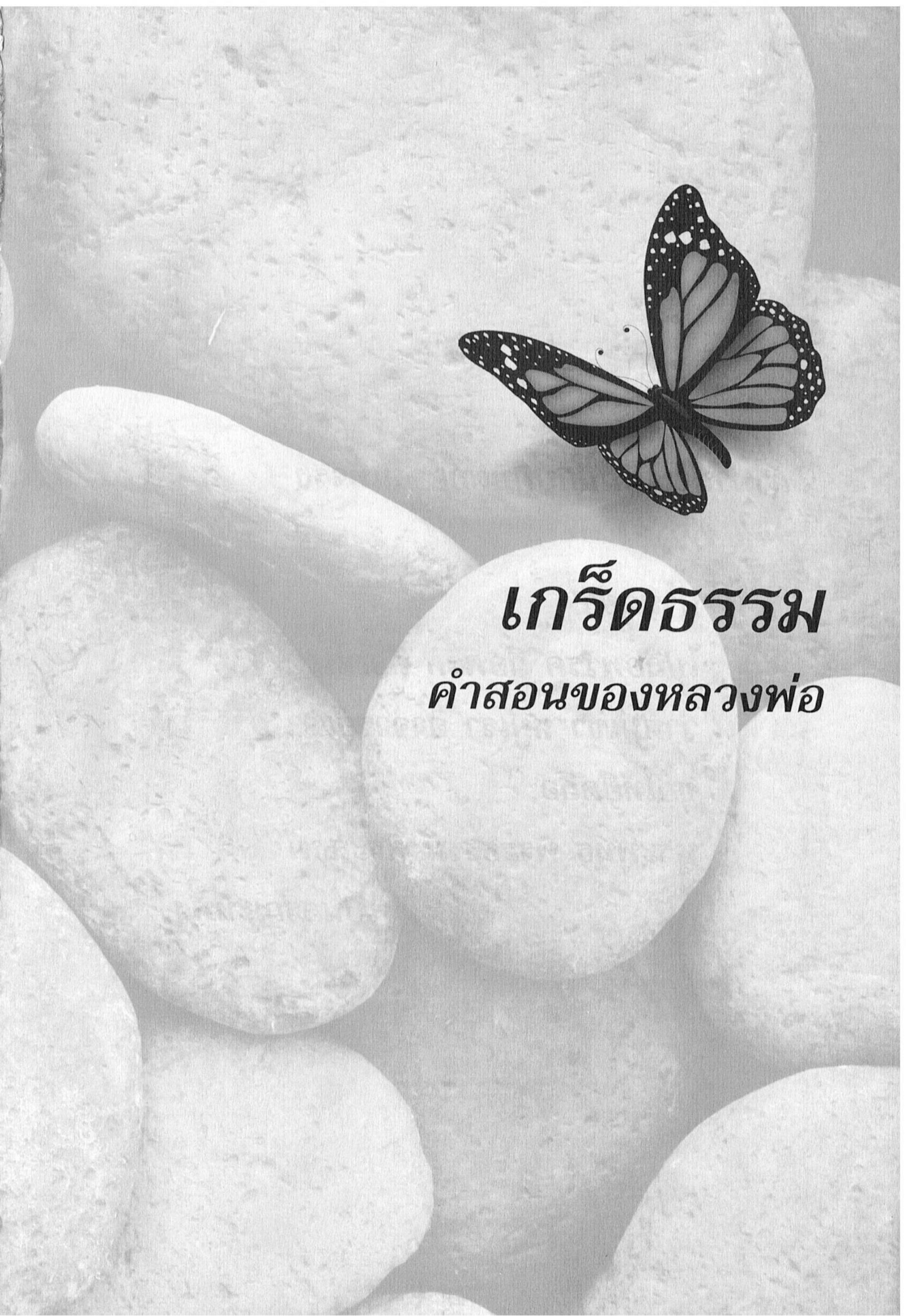
❋ ทางหลุดพ้นอยู่ที่ไหน ๕๓

❋ สภาวะจิตที่หลุดพ้น ๕๔

คำสอนของพระพุทธเจ้าผ่านการทดสอบแล้ว ไม่มีเหตุผลที่จะสงสัย ๕๕

สร้างภูมิคุ้มกันใจให้รู้เท่าทัน ๖๙





เกร็ดธรรม

คำสอนของหลวงพ่อ

“ถ้าท่านจะเป็นนักปฏิบัติอย่างแท้จริง

ท่านอย่า!

ไปถือพรรค ถือพวก ถือคณะ

ว่าหมู่เขา หมู่เรา อาจารย์เขา อาจารย์เรา

ขอให้ยึดถือ

พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์

เป็นสรณะที่พึ่ง”

พระพุทธเจ้าไม่เหมือนศาสดาองค์อื่น

คำสอนของพระพุทธเจ้าเป็นเรื่องส่วนตัวของพระองค์โดยแท้ พระพุทธเจ้าได้บรรลุคุณธรรม คือ*วิชชา ๓* เป็นขั้นต้น

ปุพเพนิวาสานุสสติญาณ การระลึกชาติหนหลังได้

จุตูปปาตญาณ การตายและการเกิดของสัตว์ทั้งหลาย เป็นไปตามกฎของกรรม

อาสวักขยญาณ ญาณหยั่งรู้กิเลสอาสวะอันเป็นเหตุให้สัตว์ทั้งหลายต้องทำกรรม

ทีนี้ปุพเพนิวาสานุสสติญาณ พระองค์ระลึกรู้ว่าพระองค์เกิดมากี่ภพกี่ชาติ แต่ละภพแต่ละชาติเกิดเป็นอะไร เพราะบุญกรรมอะไร พระองค์เคยเกิดเคยเป็นมาแล้ว เพราะอาศัยที่พระองค์ระลึกชาติหนหลังได้นั่นแหละ พระองค์จึงมาสอนเราว่า สิ่งนี้มันบาปนะ อย่าทำ ทำแล้วตกนรก พระองค์เคยทำบาปอย่างนี้ ตกนรกมาแล้ว สิ่งนี้เป็นบุญ ทำแล้วขึ้นสวรรค์ พระองค์เคยทำบุญขึ้นสวรรค์มาแล้ว การบำเพ็ญตบะ บำเพ็ญสมาธิได้ฌานสมาบัติ พระองค์เคยบำเพ็ญฌาน เกิดเป็นพระพรหมมาแล้ว

ในชาติปัจจุบันของพระองค์ พระองค์ปฏิบัติตามแนวทางของศีล สมาธิ ปัญญา ได้สำเร็จเป็นพระพุทธเจ้า พระองค์ก็ได้สำเร็จมาก่อนแล้ว จึงนำสิ่งเหล่านั้นมาสอนเรา

พระพุทธเจ้าไม่เหมือนศาสดาองค์อื่น ศาสดาอื่นนี่พอเทศน์ไปแล้วใครไม่เชื่อต้องตกนรกหมกไหม้ แต่พระพุทธเจ้าเทศน์จบลงไปแล้ว ***อักขาตาโร ตถาคตา* พระตถาคตเป็นแต่เพียงผู้บอก เราไม่สามารถจะหยิบยื่นเอาคุณงามความดีให้ใครได้ แต่เราสามารถบอกทางได้** นี่! พระองค์ยืนยันเพียงแค่นี้

พุทธแท้มีน้อยมาก

ในความรู้สึกของหลวงพ่อ แต่ไม่อยากจะพูดบ่อยนัก ถ้าพูดไปแล้วมันเหมือนๆ จะไปโจมตีกัน ในเมืองไทยของเรานี่ จะไปถามใคร ใครก็ว่านับถือศาสนาพุทธ แต่**ดูสถานการณ์และสิ่งแวดล้อมที่เป็นไปในวงการศาสนาพุทธปัจจุบันนี้ ถ้าเราศึกษาธรรมะให้มันตรงจุดที่พระพุทธเจ้าสอนจริงๆ ศาสนาพุทธในเมืองไทยมีไม่ถึง ๑๐ เปอร์เซ็นต์**

ศาสนาที่โชคดีที่สุดคือศาสนาพราหมณ์ ทำไมจึงว่าโชคดี

สาวกของพระพุทธเจ้าเอาศาสนาพราหมณ์มาเผยแพร่เต็มบ้านเต็มเมืองไปหมด วัตถุมงคล เครื่องรางของขลัง คือศาสนาพราหมณ์ วิธีสะเดาะเคราะห์ต่อชะตาคือศาสนาพราหมณ์ แต่ลูกศิษย์พระพุทธเจ้าเอามาเป็นเครื่องมือหาอยู่หากิน

ในเมื่อดูๆ กันไป ถ้าเราศึกษาให้มันถึงแก่นแท้ของพระพุทธศาสนาจริงๆ แล้ว ก็รู้สึกว่ามันจะเลอะเลือนไปเยอะเหมือนกัน หลวงพ่อพูดแล้ว **คนนับถือศาสนาพุทธจริงๆ มีอยู่เพียง ๑๐ เปอร์เซ็นต์ ๙๐ เปอร์เซ็นต์กลายเป็นศาสนาปะปนหรือเป็นศาสนาอื่น แต่ปากเขาว่าเขานับถือศาสนาพุทธ**

ในฐานะที่หลวงพ่อเป็นพระเจ้าพระสงฆ์ ก็เพียงแต่ว่าดูๆ ไป ใครเอาคนมาปฏิบัติศีลปฏิบัติธรรมได้บ้างก็นับว่าดี ผิดถูกยกไว้ก่อนในระดับหนึ่ง ทีนี้ถ้าไปแหย่เข้าก็เป็นเรื่องไม่ดี ประเดี๋ยวคณะสงฆ์ก็จะเกิดแตกร้าวสามัคคีกันไป เราก็แนะนำผู้คนที่พอจะเชื่อฟังเรา ก็อบรมสั่งสอนเขาไป

นับถือเทพเทวดา ผิดไหม

การนับถือเทวดา อินทร์ พรหม ทั้งหลายนี่ มันไม่ผิดอะไรหรอก

แต่เราอย่าไปถือเป็นสรณะให้เหนือกว่าพระพุทธเจ้า

นับถือในฐานะที่เป็นเพื่อนทุกข์ เกิด แก่ เจ็บ ตาย ด้วยกันทั้งหมดทั้งสิ้น เหมือนกับคนเรานับถือกันอย่างธรรมดาๆ อาศัยสงเคราะห์ซึ่งกันและกัน

บัลลังก์ใจของชาวพุทธซึ่งเคยเป็นที่ประทับของสมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าพระองค์เดียวกำลังคลอนแคลนเพราะชาวพุทธปันใจให้กับภูตผีปีศาจและผู้วิเศษอื่นๆ ทำให้จิตใจของชาวพุทธไม่มั่นคงต่อพระพุทธเจ้าซึ่งเคยเป็นที่พึ่งมาก่อน

ดังนั้น **ชาวพุทธควรจะได้กลับใจมายึดพระสัมมาสัมพุทธเจ้าให้มั่นคงตามเดิมเสียก่อนที่ทุกสิ่งทุกอย่างจะสายเกินไป**

พ่อแม่ครูอาจารย์ของหลวงพ่อ

สมเด็จพระมหาสมณเจ้า กรมพระยาวชิรญาณวโรรส จะเอา **หลวงปู่เสาร์**[๑] ไปเป็นสมภารวัดบรมนิวาส เอา **หลวงปู่หนู**[๒] ไปเป็นสมภารวัดสระปทุม พอแยกทางกัน หลวงปู่เสาร์กับหลวงปู่มั่นอยู่ที่วัดบรมฯ หลวงปู่หนูไปวัดสระปทุม พอตกกลางคืนมาหลวงปู่เสาร์กับหลวงปู่มั่นเดินนับไม้หมอนรถไฟไปนครนายก หนีเลย หลวงปู่หนูพอรู้เรื่องว่าหมู่หนีไป แต่มีประกาศแต่งตั้งให้เป็นสมภารแล้ว หนีไม่ได้ ก็เลยจำเป็นต้องอยู่นั่น

ภายหลังมานี่ **หลวงพ่อพร**[๓] มาพบหลวงปู่มั่นอยู่ที่วัดบ้านม่วงไข่ อำเภอพรรณานิคม ตอนนั้นท่านเป็นโยมไปอาศัยอยู่วัด ร่างกายทุพพลภาพ หลวงปู่มั่นก็ให้บวชเป็นตาผ้าขาว เอาเป็นลูกศิษย์ติดตามอยู่ ๓ ปี แล้วให้บวชเป็นสามเณร หลวงปู่มั่นได้รับแต่งตั้งให้เป็นพระอุปัชฌาย์ บวชพระองค์หนึ่ง บวชเณรองค์หนึ่ง พระลูกศิษย์หลวงปู่มั่น ปลัดเกตุอยู่ที่เชียงใหม่ เดี๋ยวนี้ตายไปแล้ว เณรก็คือหลวงตาพรนี่แหละ อยู่เป็นตาผ้าขาว ๓ ปี แล้วก็บวชให้เป็นเณร ๓ ปี แล้วก็พาไปบวชเป็นพระอยู่ที่วัดสระปทุม ท่านเจ้าคุณปัญญาพิศาลเถร (หนู) เป็นอุปัชฌาย์บวช

---

๑ หลวงปู่เสาร์ เป็นอาจารย์ของหลวงพ่อตอนเป็นเณรอยู่วัดบูรพา จ.อุบลราชธานี

๒ พระปัญญาพิศาลเถร (หนู) เป็นพระอุปัชฌาย์ของหลวงพ่อ

๓ หลวงพ่อพร เป็นลูกศิษย์หลวงปู่เสาร์และหลวงปู่มั่น เป็นอาจารย์ที่ดูแลหลวงพ่อและหลวงพ่อได้อุปัฏฐากรับใช้ตอนอยู่วัดบูรพา

ภายหลังหลวงพ่อมาอยู่อุบลฯ ท่าน (หลวงปู่เสาร์) ก็ไปเป็นสมภารวัดบูรพา ก็ไปอาศัยอยู่กับท่าน เป็นเณรใหญ่ ท่านส่งไปเรียนหนังสือที่กรุงเทพฯ พอสอบมหาได้ก็ได้บวชเป็นพระ ก็เจ้าคุณปัญญาพิศาล (หนู) นี่เป็นอุปัชฌาย์ อุปัชฌาย์เดียวกันกับอาจารย์[๑]

ท่านอาจารย์เสาร์กับเจ้าคุณปัญญาพิศาลเถรท่านเป็นสหธรรมิกที่ให้คำปฏิญาณต่อกัน ถ้าใครตายก่อนให้ไปทำศพ ลงผลสุดท้ายอาจารย์เสาร์มรณภาพ เจ้าคุณปัญญาฯ ก็ไปจัดการศพที่วัดบูรพา พอหลังจากนั้นประมาณ ๓ ปี เจ้าคุณปัญญาฯ ก็ไปอีก

เรื่องสั้นๆ ก็มีอยู่เท่านี้

การปฏิสังขรณ์พระธาตุพนมสมัยหลังนี่ พระครูวิโรจน์รัตโนบลเป็นหัวหน้า อาจารย์เสาร์ อาจารย์มั่น เจ้าคุณปัญญาฯ ไปช่วยกัน

เมื่อก่อนพระธาตุพนมนี่อยู่ในป่า ท่านก่อเป็นสถูป ทำเป็นสี่เหลี่ยม กลมๆ ขึ้นยอดไม่มี ก็ไปสร้างเป็นองค์พระเจดีย์สมัยอาจารย์เสาร์นี่แหละ ก๋งหุย เตี่ยของโยมพลับเมียหมอไมเคิล[๒] บ้านเขาอยู่อำเภอธาตุพนม ก็พากันเรี่ยไรทองไปทำฉัตรยอดทองอยู่บนยอดฉัตร ๒๕ กิโลกรัมนี่ ก๋งหุยนี่แหละเป็นผู้เรี่ยไร

---

๑ อาจารย์พร

๒ พ่อบุญธรรมของหลวงพ่อ

วิธีปลดแอกจากวิญญาณที่มาเข้าสิง

มีคนมาถามหลวงพ่อว่า นั่งสมาธิไปแล้วมีความรู้สึกเหมือนมีวิญญาณมาเข้าสิง จะทำอย่างไร หลวงพ่อก็ถามว่า ก่อนที่จะมีการทรงนี่มีปรากฏการณ์อะไรบ้าง เขาบอกว่าพอจิตสงบ สว่าง ก็มองเห็นร่างของวิญญาณที่จะมาทรงมายืนจังก้าอยู่ต่อหน้า

อ้าว! ถ้าอย่างนั้นในช่วงนี้สมาธิของเธอนี่มันก็ตั้งใจนึกได้อยู่ มันเป็นสมาธิอ่อนๆ **ให้นึกว่าในจิตของข้านี้มีพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ เต็มอัดแน่นอยู่แล้ว ไม่มีช่องว่างที่จะเปิดรับใคร แล้วก็กำหนดสติรู้จิตให้มั่นคง** เขาก็ไปปฏิบัติ แล้วเหตุการณ์อย่างนั้นมันก็เกิดขึ้น เสร็จแล้วเขาก็กำหนดสติรู้จิตของเขา บางทีก็นึกพุทโธๆๆ กันเอาไว้ ไอ้ร่างที่มองเห็นก็ถอยหน้า-ถอยหลัง ถอยหน้า-ถอยหลัง ในที่สุดเนื้อหนังมันพังลงไปหมด เหลือแต่โครงกระดูก โครงกระดูกก็ทรุดแหลกละเอียดหายจมไปในผืนแผ่นดิน พอหลังจากนั้นกู่หาวิญญาณจะมาทรงก็ไม่มี

ที่เขาเป็นกันเช่นนั้นก็เพราะว่า สมาธิ... ถ้าหากว่ามันเกิดเป็นสมาธิจริงๆ มันจะรู้สึกว่ามีอำนาจสิ่งหนึ่งขึ้นมา แต่ความจริงมันก็คืออำนาจจิตที่เกิดจากสมาธินั่นแหละ แต่พอเขานึกว่า เอ๊ะ นี่มันมีอำนาจอะไรเข้ามาช่วย พอนึกเพียงแค่นี้จิตของเราจะแยกเป็นสอง เมื่อมันแยกออกมาแล้ว มันก็มาประกบเข้าเป็นอันเดียวกัน ลงผลสุดท้ายอำนาจที่เรานึกว่ามันมีนั่นแหละ มันจะมาบังคับจิตของเรา หลังจากนั้นจิตก็เป็นไปตามอำนาจสิ่งนั้นเหมือนกับมีสิ่งชักจูงไป

แทนที่จะเป็นว่าจิตของเราดำเนินไปเอง แต่ความรู้สึกของเขา เขาจะรู้สึกว่ามีอำนาจอย่างหนึ่งมาจูงจิตของเขาไป

หลวงพ่อเคยไปเทศน์ที่กรุงเทพฯ **ในเมื่อเกิดนิมิตเห็นพระพุทธเจ้าก็ดี เห็นพระสาวกก็ดี เห็นพระสงฆ์ก็ดี เห็นเทพเจ้าก็ดี โปรดอย่าน้อมเอาสิ่งเหล่านั้นเข้ามาเป็นอันขาด ให้รีบกำหนดสติรู้จิตให้มั่นคง ถ้าขืนไปน้อมเอาสิ่งนั้นเข้ามา สิ่งนั้นพอมาถึงตัวเราเองพั้บ เราจะกลายเป็นร่างทรงทันที**

ขายนาไปซื้อรถ คุ้มไหม

เกษตรกรรมประจำครอบครัว อุตสาหกรรมประจำครอบครัว มันเลี้ยงเรามาตั้งแต่ปู่ย่าตายาย มาเดี๋ยวนี้ชาวบ้านนอกเรานี่ขายนาไปซื้อรถยนต์ให้ลูกขี่ แล้วทีนี้มันก็ "ลด" เหมือนชื่อมัน ไปซื้อรถยนต์รถปิคอัพมาขับ ทีนี้พอขับไปแล้วได้อะไรตอบแทน

คนที่ควรใช้รถยนต์มีอยู่ ๔ ประเภท

๑. ข้าราชการที่มีตำแหน่งที่เขาให้รถประจำตำแหน่ง

๒. พ่อค้า แม่ค้า มีรถยนต์ไว้ใช้ขนถ่ายสินค้าจากตลาดไปสู่ตลาด รับคนโดยสาร

๓. พ่อค้า นักธุรกิจ ใช้รถยนต์เพื่อเครดิต

๔. เศรษฐีมีเงินเหลือใช้ ซื้อรถยนต์เป็นตุ๊กตาให้ลูกมันขับ

เพราะฉะนั้น คติเตือนใจของพวกเรานี่ **เราจะใช้อะไร ให้มันได้ประโยชน์ตอบแทนคุ้มค่า**

หลวงพ่อใช้รถยนต์มาสิบกว่าคันที่มีคนนำมาถวาย แต่ละคันๆ นี่หลวงพ่อเรียกทุนคืนมาได้หมดทุกคัน ถ้าหากว่าเป็นการค้าเดี๋ยวนี้มีแต่กำไรลูกเดียว ขับรถออกจากวัดเข้ากรุงเทพฯ ถ้าไม่ได้เงินหมื่นกลับมาวัด หลวงพ่อจะไม่ยอมนั่งมันเลย บางทีไปเทศน์ได้เงินมาเป็นแสน แล้วเงินที่ได้มาเอาไปทำอะไร ช่วยโรงเรียนบ้าง ช่วยโรงพยาบาลบ้าง ช่วยการศึกษาเด็กยากจนบ้าง สงเคราะห์ญาติบ้าง ญาติคนแก่คนเฒ่าไม่มีลูกหลานเลี้ยงมาพึ่งพาอาศัยก็เลี้ยงก็ดูเขา

เพราะฉะนั้น ถ้าหากว่าใช้แล้วไม่คุ้มค่าการลงทุน จะไม่ยอมใช้มันเลย นี่คันสุดท้าย รถเบนซ์ ๒๘๐ ตากลม รุ่นล่าสุดนี่ มาไม่ถึงปี ได้ผลตอบแทนนับเป็นจำนวนเงินก็ไม่น้อยกว่า ๔-๕ ล้าน

คุยอย่างนี้ เดี๋ยวลูกหลานจะคิดว่าหลวงพ่อคงมีเงินเยอะ แท้ที่จริงไม่มีหรอก พอมีมา มันก็เข้าโรงพยาบาลบ้าง ไปที่ไหนบ้าง นี่ก็ซื้อเครื่องเอกซเรย์ให้โรงพยาบาลแม่-เด็ก ที่โคกกรวดไปเสีย ๕๕๐,๐๐๐ เวลานี้ก็กำลังทำห้องประชุมที่ตึก ๙ ชั้น โรงพยาบาลมหาราช

อานุภาพของพลังเมตตา

อานิสงส์ของการแผ่เมตตานี่ พระพุทธเจ้าเทศน์ไว้เอง :

มนุสสานัง ปิโย โหติ เป็นที่รักของมนุษย์

เทวตา รักขันติ เทวดาย่อมรักษา

ศัสตราอาวุธ ยาพิษ คุณคน คุณไสย จะไม่ถูกต้องบุคคลผู้เจริญเมตตา

ผู้เจริญเมตตา บำเพ็ญสมาธิภาวนา จิตสงบง่าย เกิดปัญญารู้ธรรมเห็นธรรมตามความเป็นจริง

ที่ว่าผู้เจริญเมตตา คุณคน คุณไสย อะไรที่เขาทำ หวังที่จะทำร้ายเรา ไม่ถูกคนผู้เจริญเมตตานี่ หลวงพ่อมีประสบการณ์มาด้วยตัวเอง

อยู่ที่เมืองอุบลฯ มีพระองค์หนึ่งเอาขี้ผึ้งมาปั้นหุ่นแล้วก็เขียนชื่อหลวงพ่อติดเอาไว้ เอาเข็มเสียบตรงหัวใจ ลักษณะอย่างนี้ ตามตำรับไสยศาสตร์หมายถึงว่าเขาจะทำให้ตาย แต่ลงผลสุดท้ายคนทำจะตายเสียเอง ผีเจ้าพ่อลือคำหาญที่ทหารเขานับถือ ไปเข้าสิงโยมอุปัฏฐากเขา “ไปบอกพระของเจ้านะ **ไปคิดร้ายต่อท่านผู้ไม่คิดประทุษร้ายใคร มีแต่จิตเมตตา ไปทำเขาหวังจะให้เขาตาย ตัวจะตายเสียเอง** ถ้าไม่หนีจากวัดนั้น ตายนะ” ผีมันบอกอย่างนั้น

พอเห็นแกดิ้นรนจะไป หลวงพ่อก็นึกสงสัย เจ็บป่วยอยู่ ทำไมถึงจะต้องไป หลวงพ่อก็ไปปลอบใจว่า เออ... รักษาตัวให้มันหายเสียก่อนค่อยไป จะไปไหนค่อยไป

ในที่สุดแกก็แบกถ่อสังขารที่กำลังจะตายแหล่มิตายแหล่หนีไป พอแกไป รู้ได้อย่างไรว่าแกทำเรา แกเผลอ แกไม่ได้เก็บสิ่งที่แกทำไว้ พระไปทำความสะอาดกุฏิ ไปเห็นพานดอกไม้ที่จัดแต่งเป็นแบบยกครูยกอะไรนี่ แล้วก็มีหุ่นขี้ผึ้ง มีชื่อหลวงพ่อติด มีเข็มแทงตรงหัวใจ พระก็รีบเอามาให้หลวงพ่อดู พอหลวงพ่อเห็นเข้า มองดู... มิน่ามันถึงได้เป็นแบบนี้ ก็คิดเพียงแค่นั้น เราก็ไม่ได้โกรธได้เคียดอะไรเขา

ตายอย่างไรให้ไปดี

คนที่มีสติตายย่อมจะไปดีกว่าคนที่ไม่มีสติ เพราะโอกาสคิดถึงคุณงามความดีมันมีมากกว่าคนที่ไม่รู้ตัว

เราทำความดีอะไรไว้ นึกๆๆ นึกถึงสิ่งนั้นไว้ให้มากๆ เช่นอย่างเราได้อุปัฏฐากเลี้ยงดูพ่อแม่ รับใช้รับสอยท่าน ที่เป็นความดีน่ะ นึกเอาไว้มากๆ เช่นอย่างเราไปร่วมทำบุญตรงนั้นตรงนี้ เขาสร้างวัดสร้างวา ได้ไปร่วมบริจาคกับเขาตามสติกำลัง เราก็พยายามนึกว่า เมื่อวัน เดือน ปี นั้น เราได้ไปทำบุญที่นั่นๆๆ เราได้อุปัฏฐากเลี้ยงดูพ่อแม่วันนั้นๆๆ เราก็นึกๆๆ เอาไว้ จิตใต้สำนึกของเรามันจะบันทึกเอาไว้ มันจะไม่ลืม ถึงเวลาจะตายมันจะเป็นเอง (นึกได้เอง) เป็นอัตโนมัติ

การภาวนาช่วยได้มากที่สุด แล้วก็เป็นหัวใจการสร้างคุณงามความดีด้วย เราทำบุญให้ทานอย่างอื่นก็สู้การภาวนาไม่ได้ เพราะการสวดมนต์ภาวนาเองนี่ เราสร้างบุญของเราเอง ไม่ต้องหวังพึ่งใคร เราไปทำบุญกับพระก็เหมือนเราขอบุญจากท่าน เพียงแค่สวดมนต์พุทธคุณ ธรรมคุณ สังฆคุณ เจริญเมตตาพรหมวิหารเป็นประจำทุกวันๆ แค่นี้ก็เหลือกินแล้ว

เราไปทำบุญกับพระกับเจ้าก็เหมือนกับเราไปขอบุญจากคนอื่น เพราะพระเจ้าพระสงฆ์ท่านสวดมนต์ภาวนาเราจึงเลื่อมใส แล้วไปทำบุญกับท่าน ทีนี้ถ้าเราทำของเราเองล่ะ ไหว้พระ สวดมนต์

นั่งสมาธิภาวนาเอง มันก็ยิ่งวิเศษกว่าไปทำบุญกับคนอื่น

พยายามฝึกทำใจให้เป็นบุญ คือทำใจให้มีสติ เราทำ เราพูด เราคิด ให้มีสติ ในเมื่อมีสติแล้ว เราจะรู้จักจัดสรรเองว่า สิ่งที่เราทำนี่เป็นบุญหรือเป็นบาป เราจะได้ละเว้นสิ่งที่เป็นบาป ทำแต่สิ่งที่เป็นบุญ

ทำงานอย่างไรจึงจะได้บุญด้วย

ใครเป็นข้าราชการ ถ้าตัดคำว่า "ฉันเป็นข้าราชการ" "ฉันเป็นลูกจ้างของประเทศชาติ" ออกให้หมด ฉันทำงานเพื่อบำรุงรักษาประเทศชาติเอาไว้ให้กุลบุตรลูกหลาน ฉันทำงานเพื่อดำรงอยู่ซึ่งชีวิตของฉันและประเทศชาติของฉัน เราก็ได้บุญ

พวกหมอ รักษาคนไข้ นึกว่าเราทำบุญกับคนไข้ ช่วยเหลือคนไข้ มันก็ได้บุญ

อย่างหลวงพ่อนี่ เขานิมนต์ไปเทศน์ พอขึ้นธรรมาสน์... วันนี้เขาจะให้กัณฑ์กี่มากน้อย วันนั้นเทศน์จนคอแตกก็ไม่ได้บุญเพราะเราไปเป็นลูกจ้างเขา

พระพุทธเจ้าท่านจึงสอนไว้ว่า นักบวชท่านใดคิดว่าเราเข้าไปสู่ตระกูลนี้ เขาจะให้อะไรเรา เขาจะให้เราฉันอะไร นักบวชผู้นั้นไม่ควรเข้าไปสู่ตระกูล เพราะไปแล้วก็ไม่มีความหมาย

คิดชั่ว บาปไหม

เราไปติดคำเทศน์ของพระ คำที่ว่า "อย่าคิดชั่วๆ" นี่เราไปติดคำพูดคำนี้

เพราะฉะนั้น ถ้าจิตของเราไปคิดถึงเรื่องบาป เรื่องชั่ว นี่ เราไม่อยากให้มันคิด แต่แท้ที่จริงแล้ว ดีชั่วมันเป็นอารมณ์จิต **ความคิดที่มันจะเป็นบุญเป็นบาป ต้องมีเจตนา** เช่นอย่างเราโกรธใคร เราตั้งใจคิดแช่งชักหักกระดูกเขานี่ มันเป็นบาป แต่ถ้าอยู่ๆ แล้ว **มันคิดขึ้นมาเองโดยที่เราไม่ได้ตั้งใจ มันไม่เป็นบาป เราไม่มีเจตนา**

แต่ความจริงคำพูดนี้มันตกไปคำหนึ่ง อย่าคิดชั่วๆ มันตกคำว่า "ทำ" อย่าคิดทำความชั่ว นี่มันจึงจะเต็มประโยค คือ**คิดชั่วแล้ว อย่าทำตามที่คิด**

อันนี้พระท่านบอกว่า อย่าคิดชั่วๆ พอเราไปคิดถึงเรื่องชั่วก็เลยกลัวเป็นบาป

พระพุทธเจ้าท่านเทศน์เรื่องบุญ พูดถึงบุญนี่ พูดถึงเรื่องความดีแล้ว พระองค์ก็พูดถึงเรื่องบาป เปรียบเทียบว่าผลบุญผลบาปมันแตกต่างกันอย่างไร เพื่อให้ผู้ฟังเข้าใจ ถ้าเช่นนั้นพระพุทธเจ้าพูดถึงเรื่องบาป พระพุทธเจ้าก็ตกนรกตายน่ะสิ

ศีลนั้น สำคัญไฉน

ศีลก็ดี สมาธิก็ดี ปัญญาก็ดี เป็นอุปกรณ์ เป็นคุณธรรม คุณสมบัติ หนุนเนื่องให้ถึงที่สุดแห่งทุกข์ คือหมดกิเลส แต่มันก็เป็นเรื่องโลกีย์ เป็นเรื่องโลกๆ

ในเมื่อใครบำเพ็ญให้มีพลังแก่กล้าสมบูรณ์แบบ สามารถปฏิวัติจิตของผู้นั้นให้ถีบตัวขึ้นไปอยู่เหนือโลก เหนือกิเลส อันนั้นคือผลที่เราต้องการ

เรื่องสมาธิ เรื่องญาณ เรื่องฌาน อะไรต่างๆ นี่ ไม่มีเฉพาะในศาสนาพุทธเท่านั้น ศาสนาคริสต์ อิสลาม เขาก็มีได้ เช่นอย่างนอสตราดามุสก็ทำนายอนาคตของโลกว่าจะเป็นอย่างไรๆ นั่นก็คืออนาคตังสญาณของเขาล่ะ แล้วการทำสมาธิที่วิเศษที่สุดก็คือคนที่สร้างจรวดไปลงดวงจันทร์ได้เป็นคนแรก หมอนั่นแหละเก่งยอดที่สุด

เพราะฉะนั้น **สมาธิก็ดี ญาณก็ดี ฌานก็ดี ถ้าศีลไม่บริสุทธิ์ ไม่มีทางที่จะพ้นทุกข์ได้**

เพราะฉะนั้น **ผู้ที่พยายามรักษาศีล ๕ ให้บริสุทธิ์บริบูรณ์ได้ ภาวนาไม่เป็นก็หมดปัญหา**

จะตัดกรรมตัดเวรก็คือ ศีล ๕ ข้อ แต่ไม่ใช่ตัดกรรมเวรที่เราสร้างมาแล้วให้มันหมดไป เพียงแต่ตัดผลเพิ่มของมัน เมื่อเรามีศีลบริสุทธิ์ ก็ตัดผลเพิ่มของบาปได้ ตัดผลเพิ่มของกรรมของเวร

จะละกิเลสก็อยู่ที่ศีล ๕ ข้อ ศีล ๕ ข้อเป็นการละกิเลสฝ่ายชั่ว โลภ โกรธ หลง ฝ่ายชั่วละให้มันหมด ทีนี้เมื่อละกิเลสฝ่ายชั่วได้ จิตใจของเราก็อบอุ่นอยู่กับคุณงามความดี กิเลสฝ่ายชั่วก็ค่อยๆ เบาลงไปๆ ถึงมันมีอยู่มันก็ไม่เกิดโทษ

รับศีลแล้วรักษาไม่ได้ ทำอย่างไร

ถ้าเราอยากมีศีล ศีลของฆราวาสนี่บริสุทธิ์ตั้งแต่ตั้งเจตนางดเว้น พอเราไหว้พระสวดมนต์ตอนเย็น ข้าพเจ้าขอสมาทานศีล ๕ ข้อนั้นๆๆ ก็นั่งสมาธิภาวนาไป พอตื่นเช้ามา เรามีธุระอะไร เราก็ทำไป ทำอย่างนั้นมันจะได้ผลอะไร คนรักษาศีล สมาทานศีลแล้วรักษาศีลไม่บริสุทธิ์เต็มที่ เหมือนคนมีเสื้อขาดใส่ ทีนี้**คนที่ใส่เสื้อขาดกับคนที่ไม่มีอะไรจะใส่เลย ไหนจะดีกว่ากัน** แล้วเราค่อยฝึกไปๆ ในเมื่อจิตเข้มแข็งขึ้นมาแล้วมันสลัดทิ้งหมด

คนโบราณก่อนพุทธกาลเขาก็รักษาศีล ๕ แต่ว่าเขาถือมั่นในข้อใดข้อหนึ่ง บางคนรักษาศีล สัตว์ทางทิศตะวันออกฉันจะไม่ฆ่า แต่ทางตะวันตกนี่ฆ่าแกงกินอุตลุด แบบนี้ก็มี บางคนก็ได้ข้อหนึ่ง บางคนได้ ๒ ข้อ บางคนได้ ๓ ข้อ ๔ ข้อ ๕ ข้อ บางคนไปยึดมั่นในข้อใดข้อหนึ่ง อย่างนางสีดากับพระราม สีดานี่เขาไปยึดมั่นข้อกาเมสุมิจฉาจาร เป็นผู้หญิงที่ซื่อสัตย์ต่อสามี แม้ทศกัณฐ์มีอำนาจบาตรใหญ่ จะมาบีบบังคับให้เป็นมเหสี นางก็ไม่ยอม ผลสุดท้ายทศกัณฐ์ก็ต้องตาย เพราะอำนาจของผู้หญิงซึ่งมีความซื่อสัตย์ต่อสามี

สามี-ภรรยาให้รักกัน ซื่อสัตย์ต่อกัน อันนี้เป็นอานุภาพที่ยิ่งใหญ่ที่สุด สามี-ภรรยาถ้าทะเลาะกันแล้ว ครุฑอยู่ในตู้ในหีบ มันตีปีก มันจะบินหนี

ภายในครอบครัวของเรา พยายามเคร่งศีล ๕ เคร่งเฉพาะคนในครอบครัวของเรา เมื่อเราเคร่งต่อคนในครอบครัวของเราให้มั่นคง เดี๋ยวจะค่อยๆ แผ่อิทธิพลออกไปๆ ครอบคลุมไปหมด ในระดับแรกจะอยู่ในระดับมนุษย์ก่อน ขึ้นชื่อว่ามนุษย์ฉันไม่ฆ่า ไม่เบียดเบียน ไม่ข่มเหง ไม่รังแก ไม่อิจฉาตาร้อน ใครมีความจำเป็นจะต้องฆ่าเป็ดฆ่าไก่แกงกิน หรือขายเหล้าขายยา ขายไป แต่ว่าเรื่องการฆ่า การเบียดเบียนนี่อย่าไปแตะต้อง เอากันอย่างนี้ เพื่อความอยู่เย็นเป็นสุขร่วมกันบนผืนแผ่นดินนี้ ถ้าหากว่าเราไม่ไปก่อกรรมทำเข็ญต่อกัน ไม่ไปทำให้ใครเดือดร้อน เขาก็ไม่มาเบียดเบียนเรา ใครขัดประโยชน์เรา เราทำร้ายใคร มันก็เกิดอาฆาตพยาบาทกัน มันก็จองเวรกันไม่รู้จักจบจักสิ้น

ยังทำอาชีพที่พระพุทธเจ้าห้าม* จะทำอย่างไร

เปิดร้านขายสุรา **จะทำก็ทำไป มันเป็นอาชีพของเรา ให้อธิษฐานจิตว่า เมื่อร่ำรวยมั่งมีแล้วจะเลิก**

เอาอย่างคนเลี้ยงปลาขายอยู่จันทบุรี เขาอธิษฐานจิตไว้ว่า ข้าพเจ้าไม่มีงานอาชีพอะไรจะทำดียิ่งไปกว่านี้ ขออนุญาต พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ เลี้ยงปลาขาย เมื่อร่ำรวยแล้วจะเลิก พอเขามีเงินมีทอง ตั้งเนื้อตั้งตัว จะทำธุรกิจอย่างอื่นได้โดยไม่ต้องเป็นบาปเป็นกรรม เขาก็จัดทำบุญเลี้ยงพระติดต่อกัน ๗ วัน ซื้อลูกปลามาปล่อยวันละแสนตัว แล้วก็เลิก

เราจำเป็นจะต้องทำ ทำไป แต่ให้นึกอยู่เสมอว่า เราจะไม่ทำร้ายสัตว์ทั้งหลายด้วยมือของเราเอง เราขายเหล้า ขายไป แต่อย่ากินเหล้า อันนี้ขนาดผ่อนผัน ถ้าเอาเคร่งจริงๆ มันก็แตะต้องไม่ได้ จะเป็นบาปไหม เจตนาเป็นเรื่องสำคัญ เรานึกว่าอันนี้เป็นสินค้าพอจะเลี้ยงชีวิตของเราได้ ก็ทำไป เขาเอาไปแล้ว เขาจะไปทำอะไรไม่รู้ล่ะ

---

* อาชีพที่พระพุทธเจ้าห้ามทำ

๑. ค้ามนุษย์

๒. ค้ายาพิษ

๓. ค้าศัสตราวุธ

๔. ค้าสิ่งเสพติด เครื่องดองของเมา

๕. ค้าสัตว์ให้เขานำไปฆ่า

ก็เหมือนกับคนที่ตีมีดขาย เขาซื้อไปแล้ว เขาจะไปใช้ทำอะไรเป็นเรื่องของเขา

แต่ถ้าผู้ที่จะเอาเคร่งจริงๆ ก็ไม่ควรแตะต้องสิ่งเหล่านี้ : ขายมนุษย์ ขายสัตว์เป็นๆ ขายอาวุธ ขายเครื่องดองของเมา อันนี้เขาปฏิบัติเพื่อให้มันเคร่งกันจริงๆ แต่เมื่อเรามีความจำเป็นจะต้องอาศัยประกอบการทำมาหาเลี้ยงชีพอยู่ ทำไป แต่ให้จิตใจของเราเป็นบุญเป็นกุศลอยู่เรื่อย ถ้าอธิษฐานจิตว่า เออ หมอนี่มันมาซื้อเหล้าเราไป ไปกินแล้วให้มันเบื่อเหล้า เลิกเหล้าเสีย

สมเด็จพระบรมราชินีนาถยังรับสั่งว่า ดิฉันไปแนะนำให้เขาปลูกหม่อนเลี้ยงไหม บาปไหม หลวงพ่อก็ไม่ตอบทันที ก็เลยยกตัวอย่าง สมเด็จฯ ดำรงอยู่ในฐานะที่เป็นพระมารดาของปวงชน หน้าที่การอบรมสั่งสอนให้รู้จักการทำมาหาเลี้ยงชีพเป็นหน้าที่ของผู้ที่เป็นบิดามารดา ในเมื่อเราแนะนำพร่ำสอนเขาไป เขาทำขึ้นมาแล้ว เขารู้จักเอาผลประโยชน์ของเขาเอง ก็เหมือนๆ กับอาตมภาพนี่แหละ ไปเทศน์ให้คนฟังว่า อุฏฐานสัมปทา หมั่นขยันในการทำมาหาเลี้ยงชีพนะโยม ทีนี้คนมาฟังเทศน์ คนขี้ฉ้อขี้โกงก็มี คนลักเล็กขโมยน้อยก็มี คนจี้ปล้นก็มี ถ้าเขาฟังเทศน์แล้วเขาเลื่อมใส เขาทำงานในหน้าที่ของเขามากขึ้น โจรจี้ปล้น แทนที่มันจะปล้นวันละแห่ง ๒ แห่ง มันฟัดเข้าไป ๔-๕ แห่ง ๑๐ แห่ง มันขยันขันแข็งขึ้นไป สงสัยว่าอาตมาคงจะตกนรกตาย ในหลวงหัวเราะก๊ากออกมาอย่างเสียงดังเลย

ปุจฉา-วิสัชนา เรื่องการทำแท้ง

ศิษย์ถาม : การทำแท้งเป็นการทำบาปไหม

หลวงพ่อตอบ : **บาปทั้งนั้น**

ศิษย์ถาม : เพราะว่าเด็กในท้องมีจิตวิญญาณใช่ไหม

หลวงพ่อตอบ : **มันมีจิตวิญญาณแล้ว** ในเมื่อส่วนผสมที่จะให้เกิดเป็นคนเป็นสัตว์มันได้ส่วนกันพอเหมาะพอดี วิญญาณก็เข้าปฏิสนธิ ถ้าวิญญาณไม่มาปฏิสนธิ สิ่งนั้นก็มีแต่เน่าเปื่อยไป

ศิษย์ถาม : ในขณะที่เขามีจิตวิญญาณแล้ว แล้วเราไปเอาเขาออกมา ทำให้เขาตาย วิญญาณนั้นจะไปเกิดใหม่ หรือจะเป็นวิญญาณอาฆาต

หลวงพ่อตอบ : เขาก็ไปเกิดใหม่ บางทีก็อาฆาตพยาบาท อย่าลืมว่าเรามีลูกมีเต้า เราชื่นชมยินดีว่าเรามีลูก ลูกนั่นแหละคือเจ้าหนี้ใหญ่ของเราล่ะ ถ้าลูกคนไหนเกิดมาแล้วกระจอกงอกง่อย เจ็บป่วยให้พ่อแม่ต้องเสียเงินเสียทองค่าพยาบาลรักษา นั่นแหละเจ้าหนี้ใหญ่เลย

ศิษย์ถาม : ในสหรัฐอเมริกา รัฐส่วนมากประมาณ ๙๐ เปอร์เซ็นต์ เขารับว่าทำแท้งไม่ผิดกฎหมาย หมอที่ทำแท้งพวกนี้เขาถือว่าได้ช่วยคนไข้ให้พ้นจากความทุกข์ทรมาน อย่างคนไข้ถูกข่มขืนมา หรือเป็นโรคเอดส์ก็กลัวจะติดไปถึงลูก แล้วจะปล่อยให้เด็กเกิดมาแล้วติดโรคเอดส์หรือ ทำแท้งอย่างนี้ไม่น่าจะบาป เด็กเกิดมาต้องทรมาน ต้องเป็นเอดส์ ให้ตายเสียดีกว่า

หลวงพ่อตอบ : ตามหลักธรรมชาติ ตามกฎของกรรม จะด้วยประการใดก็ตาม ช่วยให้เขาตายไปเสีย ให้พ้นจากความทนทุกข์ทรมาน ตามความคิดของเราคิดว่าช่วยเขาให้พ้นทุกข์ แต่กฎ**ของกรรมไม่มีการยกเว้น อันที่เราคิดว่าช่วยให้เขาพ้นทุกข์นี่เราคิดเอา แต่มันไม่ใช่กฎของธรรมชาติ**

ศิษย์ถาม : แต่เราเป็นหมอ ถ้าเราไม่ช่วยเขา เขาก็ต้องไปหาหมอเถื่อน อาจต้องตายทั้งแม่ทั้งลูก แทนที่จะตายคนเดียว หมอช่วยชีวิตแม่ ไม่ให้แม่ไปฆ่าตัวตาย ไม่ให้แม่ต้องทุกข์ทรมาน หมอบาปด้วยหรือ

หลวงพ่อตอบ : นั่นแหละคือบาป หมอก็บาปด้วย

ศิษย์ถาม : แล้วทำไมกฎหมายจึงอนุญาต

หลวงพ่อตอบ : **กฎหมายก็คนธรรมดาบัญญัติเอานี่ มันไม่ใช่กฎธรรมชาติ**

ศิษย์ถาม : ถ้าบาป ผิดศีลธรรม คนอเมริกันเขาก็เก่งทำไมกฎหมายเขาถึงอนุญาต

หลวงพ่อตอบ : คนอเมริกันเก่ง ก็เก่งแต่หลักวิชาที่เขาบัญญัติขึ้นเท่านั้น แต่กฎธรรมชาติมันไม่ยกเว้น ศาสนาคริสต์เขาว่าฆ่าสัตว์ไม่บาปเพราะสัตว์เกิดมาเป็นอาหารของมนุษย์ แต่ศาสนาพุทธ พระพุทธเจ้าสอนว่า ฆ่ามดฆ่าแมง ฆ่าไข่มดไข่แมง บาปหมด สิ่งเหล่านี้พระพุทธเจ้าทรงทดสอบมาด้วยพระองค์เองแล้ว เรื่องปุพเพนิวาสานุสสติญาณ การระลึกชาติหนหลังได้ นั่นแหละทำให้พระองค์รู้เรื่องเหล่านี้ได้ละเอียดลออ

ใครผิดกันแน่

มหาใสเคี้ยวหมาก ดูดบุหรี่ อุบาสกคนนั้นใส่ชุดขาว "โอ๊ย! พระกินหมาก ดูดบุหรี่ ผมไหว้ไม่ลง"

มหาใสก็อึกอักๆๆ ทีนี้ไอ้บ้านี่ก็ เวลามันแสดงออกนี่มันดูไม่ได้ พอต่อย มันต่อย หลวงพ่อก็เลยไปดักเอาก่อน ถามมันว่า

"โยม ถ้าหากพระบวชมาเอากราบเอาไหว้โยมนี่ อาตมาจะร้องไห้ให้โยมฟังเดี๋ยวนี้แหละ แต่นี่เสียใจ ไม่ได้บวชมาเอากราบเอาไหว้คน ขอถามหน่อยเถอะว่า โยมเคยบวชหรือเปล่า"

"ผมบวชมา ๑๒ พรรษา สอบได้นักธรรมเอก"

"เอ้อ ดีแล้ว ขอถามปัญหาหน่อย"

"จะถามอะไรก็ถามมา"

"โยมบวชแล้ว เคยจับเงินจับทอง ใช้เงินใช้ทองเองไหม"

"เคย"

"เคยกินนมตอนเย็นไหม"

"เคย"

"พระภิกษุจับเงินจับทอง ใช้เงินใช้ทองเองนี่ มีบัญญัติในพระปาติโมกข์ใช่ไหม"

"ใช่"

"พระภิกษุกินอาหารในเวลาวิกาล มีบัญญัติในพระปาติ-โมกข์ใช่ไหม"

"ใช่"

“ถ้างั้น พระกินหมาก ดูดบุหรี่ มีบัญญัติในพระปาติโมกข์ข้อไหน”

นิ่งอึ้งเลย

เพราะฉะนั้น โยมเอ๊ย พิจารณาดูให้ดี มีด พร้า ขวาน มันถากได้แต่ด้ามคนอื่นนะ แต่ด้ามมัน มันถากของมันไม่ได้ อันนี้เอาไปนอนคิดเป็นการบ้านเด้อ ก็เลยหยุดกันเพียงแค่นั้น ถ้าพูดมากไปกลัวมันจะกระเทือนพระ ประเดี๋ยวพระจะลุกขึ้นมาตีกัน

เพราะอย่างนั้นไปหาครูบาอาจารย์นี่ ใครคุยว่าตัวได้สมาธิขั้นใด ญาณขั้นใด ฌานขั้นใด ถ้าพระองค์นั้นคุยแล้ว เราถวายปัจจัย ท่านรับด้วยมือ แสดงว่าพระองค์นั้นสักแต่ว่าคุย

เพราะฉะนั้น **สมาธิจะเป็นของอัศจรรย์อะไรหนอ ใครจะไปคุยว่าได้ญาณ ได้ฌาน ดำดินบินบนล่องหนหายตัวได้ มันก็ไม่อัศจรรย์หรอก มันอัศจรรย์อยู่ที่ ปาณาติปาตา เวรมณี อทินนาทานา เวรมณี นี่ ถ้าใครปฏิบัติบริสุทธิ์บริบูรณ์ได้ นี่แหละเป็นมหัศจรรย์อย่างยิ่ง เพราะฉะนั้น อย่าไปอวดกันแค่สมาธิแค่ฌานให้มันมากนัก**

วินัยคือศีลของพระ ถ้าหากว่าพระเคร่งครัดในการปฏิบัติวินัยให้ถูกต้อง แม้ทำสมาธิไม่เป็น ก็ยังมีดี

สมาธิที่ไม่มีศีลประกันความปลอดภัย ไม่มีทางที่จะสำเร็จพระอริยมรรคอริยผลได้ จะทำไปถึงไหนก็ได้ แต่มันไม่เป็นไปเพื่อความบริสุทธิ์สะอาด ถ้าศีลไม่บริสุทธิ์แล้วอย่าไปคุย

เรื่องที่นักบวชควรระวัง

สิ่งที่นักบวชทั้งหลายควรระมัดระวัง อติเรกลาภ โยมอุปัฏฐาก อันนี้เสียหายมากๆ บางทีเขาเลื่อมใส เขาก็มากันทั้งแม่ทั้งลูกอะไร ทำนองนี้ บางคนอาจจะคิดว่าเขารักเขาชอบเรา พวกผู้หญิงทั้งหลาย นี่ มันแสดงอาการเหมือนว่ามันรักมันชอบ แต่มันมีอะไรซ่อนอยู่ เบื้องหลัง

ยกตัวอย่างเช่น ครูบา... นี่แหละ มาหลวงพ่อ...ๆๆๆ หลวงพ่อ ..ก็หลงมันแทบเป็นแทบตาย ลงผลสุดท้ายมอเตอร์ไซค์ก็ซื้อให้มันขี่ มีเงินมีทองก็ทุ่มให้มัน

หลวงพ่อรู้ก็เรียกมาเตือน เคยคิดถึงโยมพ่อโยมแม่ทางบ้าน หรือเปล่า บ้านเราอยู่ใกล้กัน บ้านนาเตียงกับบ้านโคกพุทราห่างกัน ไม่ถึง ๑๐ กิโลเมตร เราก็รู้กำพืดกันดีอยู่ เราก็ลูกชาวไร่ชาวนา คุณ เคยคิดถึงพ่อถึงแม่คุณบ้างไหม เขาก็นิ่งอึ้ง ก่อนที่จะไปทำอะไรให้ คนอื่น ต้องคิดถึงพ่อถึงแม่ตัวเองก่อน เราคิดว่าพ่อแม่เรานี่มีฐานะ อย่างไร เป็นอยู่อย่างไร อย่างพวกในเมืองนี่ พ่อแม่หาเช้ากินค่ำ เคยคิดถึงบ้างไหม มีเงินมีทอง โน่น! ไปซื้อโทรทัศน์มา พ่อแม่ไม่มี ข้าวจะกรอกหม้อไม่ได้คิดถึง

พระ... เมื่อก่อนมาบวชเป็นเณร จูงมือไปเมืองอุบลฯ เอาไหม เรียนมัธยมที่นี่ ไม่เอา มาศรีสะเกษ เอาไหม ไม่เอา กลับมาก็มาสึก สึกมาก็มานอนกินข้าวก้นบาตรอยู่นี่ บัก... ข้าวบาตรกู กูไม่หวง

แต่กูกลัวว่าชีวิตของมึงจะเป็นหมัน มึงจงไปจากวัดเดี๋ยวนี้ ไปหาสามล้อมาถีบ ไปติดต่อสามล้อ เขาขอเงินประกัน ๓๐๐ บาท ก็ให้เงินไปประกันสามล้อ สมัยนั้นสามล้อมัน ๓๐๐ บาท ราคาขายก็เท่านั้นแหละ คันใหม่เอี่ยม

แล้วก็บอกว่า ให้มึงหาเงินส่งแม่มึงวันละ ๑๐ บาท ถ้ามึงส่งแม่มึงไม่ได้ มึงอย่ากินข้าว ต้องให้แม่มึงก่อน มึงค่อยหากิน หลังจากที่ส่งแม่มึงวันละ ๑๐ บาทแล้ว ต่อไปมึงได้เท่าไรมึงเก็บเอาไว้ มันก็ไป แล้วก็ไปปฏิบัติตามคำสั่งเหมือนกัน เวลาแม่มันมา ถามว่า ไอ้... มันให้เงินเจ้าไหม ให้วันละ ๑๐ บาท เออ! ดี!

ทำไมพระจึงทะเลาะกัน

การปฏิบัติธรรมนี่ ศีลข้อเดียวเท่านั้นแหละ

ญาติโยมนี่รักษาศีล ๘ ให้มันดี

ฆราวาสรักษาศีล ๕ ให้มันดี

พระภิกษุรักษาสิกขาบท ๒๒๗ ข้อให้ครบถ้วนบริบูรณ์ อย่าให้ขาดตกบกพร่อง แค่นั้นก็พอแล้ว

อันนี้ใครขึ้นธรรมาสน์เทศน์ เทศน์เป็นคุ้งเป็นแคว ยกคัมภีร์โน่นคัมภีร์นี่ แต่มาดูวินัยนี่เหลวแหลก

พระสงฆ์ไทยที่ทะเลาะกันอยู่ไม่หยุดหย่อน เพราะอะไร เพราะพระทุศีล ปฏิบัติศีลในพระปาติโมกข์ไม่ครบถ้วน จึงได้ทะเลาะกัน

หลวงพ่อพิจารณาคำสอนของพระพุทธเจ้ามาตั้งแต่อายุ ๑๔ ปี เวลานี้ ๗๘ ปี ผมขาวหมดแล้ว อยากจะหาตรงที่ว่าจุดไหนที่พระพุทธเจ้าสอนให้คนทะเลาะกันนี่ มีไหม ยังไม่เจอเลย ถ้าใครเจอช่วยบอกด้วย

นักบวชต้องไม่มีปัญหาหัวใจ อยู่กันอยู่ได้ไม่ขัดกัน เพราะฉะนั้น ศีลคือวินัยนั่นแหละ เป็นหัวใจสำคัญของศาสนา

พระทำสิ่งที่ผิดกฎหมายเป็นอาบัติ

ฆราวาสรับศีล ๕ แล้วไปศีลขาด ยังดีกว่าพระเจ้าพระสงฆ์บวชเข้ามาแล้วมาครองผ้าเหลือง แล้วไปเที่ยวหาซื้อหวยซื้อเบอร์ พี่น้องทั้งหลาย บอกกันต่อๆ ไปเด้อ.. พระซื้อหวยต้องอาบัติ เพราะคนขายก็ผิดกฎหมาย คนซื้อก็ผิดกฎหมาย

พระไปทำสิ่งที่ผิดกฎหมายเป็นอาบัติ

ป่าสงวน ป่าหวงห้าม พระไปจับจองสร้างวัดสร้างวา ไปตัดไม้ป่ามาสร้างกุฏิ พระเป็นอาบัติหมด ปาราชิกข้ออทินนาทาน

พระไปตีสนิทกับเจ้าพนักงานรักษาไม้หลวง ไปเอาไม้มาสร้างวัด ชาวบ้านเขาติเตียน พระพุทธเจ้าก็เอาเป็นมูลเหตุบัญญัติปาราชิกสิกขาบทข้ออทินนาทาน

เพราะฉะนั้น มีลูกบอกลูก มีหลานบอกหลาน

ถ้ามีลูกหลานพี่น้องจะมาบวช เฮ้ย! มึงบวชแล้วมึงจะไปซื้อหวยหรือเปล่า ถ้ามึงคิดว่าจะซื้อหวยแล้วมึงอย่าบวช ถ้าบวชแล้วไปซื้อหวยละมึงตกนรก เพราะอะไร หวยนี่ คนขายก็ผิดกฎหมาย ตำรวจรู้ จับ! คนซื้อก็ผิดกฎหมาย ตำรวจรู้ จับ! จับแล้วปรับไหมไม่ใช่น้อยๆ ด้วย เขาคิดเป็นเปอร์เซ็นต์ไปเลย

พระพุทธเจ้าให้พระสรงน้ำ ๑๕ วันครั้ง จริงหรือไม่

ในประเทศอินเดีย ที่ที่เขาไม่ให้ไปอาบน้ำมีอยู่แห่งหนึ่ง ที่ตโปธาราม เมืองราชคฤห์ วันปกติธรรมดานี่ พวกนางสนมกำนัลทั้งหลายพากันมาเล่นน้ำที่ตรงนั้น ถ้าวันอุโบสถ วันพระ เขาไม่มา พระพุทธองค์จึงอนุญาตให้พระสงฆ์ไปอาบน้ำที่นั่นได้ ๑๕ วันต่อครั้ง แต่วันธรรมดาพวกผู้หญิงยิงเรือเขามาเล่นกัน ถ้าวันอุโบสถ ๑๕ ค่ำนี่ เขาไม่มาแล้ว เพราะเขาถือศีลกัน

เพราะฉะนั้น ในประเทศอินเดียในมัชฌิมประเทศ พระภิกษุจะสรงน้ำได้ ๑๕ วันต่อครั้ง ก็หมายถึงที่ตโปธารามนี่ ไม่ได้หมายถึงสถานที่ทั่วๆ ไป หรือสถานที่แห่งใดที่เขาไปอาบน้ำอาบท่ากัน เช่นอย่างท่าแม่น้ำคงคานี่ พระจะไปอาบไม่ได้ เพราะเป็นที่ชุมนุมชน

ระวัง! พระดังอาจไม่ใช่พระดี

บางทีหลวงพ่อให้คำแนะนำตักเตือนญาติโยม เวลานี้พระดังที่ไหนแห่กันไปที่นั่น บางทีคิดว่าตัวชะตาร้าย เคราะห์ไม่ดี ไปขอรดน้ำมนต์ พอพระสาดน้ำมนต์ใส่หัว ลุกไม่ขึ้น พ่อแม่มาชวนให้กลับบ้านก็ไม่ยอมกลับ

นี่! อยู่ระหว่างโคราชกับอำเภอโชคชัยนี่ มีพระธุดงค์องค์หนึ่งมาปักกลดอยู่นั่น ลูกสาวกำนันไปขอรดน้ำมนต์ พอถูกน้ำมนต์แล้วไม่ยอมกลับบ้าน พ่อมาเรียกกลับก็ไม่ยอมกลับ กำนันก็นึกสงสัยว่า เอ๊ะ พระองค์นี้จะเล่นสกปรก ไปแจ้งตำรวจ เอาตำรวจมาจับไป ไปหาเจ้าคณะจังหวัด ท่านก็จับสึกทันที

เพราะฉะนั้น อาจารย์ดังๆ นี่ควรจะระมัดระวังหน่อย เดี๋ยวนี้มันสมัยค้นผีลุกปลุกผีนั่ง บางวัดก็ว่าปฏิบัติกรรมฐาน แต่ว่าไปเล่นทรงวิญญาณ มีอยู่ในประเทศไทยนี่ดาษดื่น เอาวิญญาณมาช่วยให้ได้สมาธิ ได้ฌานแก่กล้า อะไรทำนองนี้

เช่นอย่างการนั่งสมาธินี่ บางทีพอนั่งจิตสงบ สว่าง มันก็มองเห็นพระบ้าง เห็นพระพุทธเจ้าบ้าง เห็นเทวดาบ้าง อะไรทำนองนี้จิตมันสร้างมโนภาพขึ้นมา ทีนี้บางอาจารย์ก็บอกว่า พอเห็นนิมิตแล้ว ให้น้อมเอานิมิตนั้นเข้ามาในตัว พอนิมิตเข้ามาถึงตัวปั๊บ สภาพจิตที่ปลอดโปร่งก็กลายเป็นจิตที่อึดอัด หัวใจเหมือนถูกบีบ มันเปลี่ยนไปทันที กลายเป็นการทรงวิญญาณ

ทำบุญใส่บาตรกับพระไม่ดี ได้บุญไหม

ได้.. ได้เหมือนกัน เราต้องพยายามคิดอย่างนี้

เราทำบุญ ใส่บาตร เพื่อบูชาคุณพระพุทธเจ้า พระธรรม พระสงฆ์

ขอถามว่า... คุณรักศาสนา รักพระพุทธศาสนา เลื่อมใสในพระพุทธศาสนา พระอยู่ในวัด หรือวัดนี่เป็นศาสนสถาน เป็นสถานที่ของพระพุทธศาสนา เป็นที่ประดิษฐานของพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ ซึ่งมีพระพุทธรูปเป็นประธาน เป็นตัวแทน แล้วก็มีคัมภีร์ธรรมะเป็นตัวแทน มีผู้ถือธงชัยของพระพุทธเจ้าคือจีวร เราทำบุญอุทิศถวายพระพุทธเจ้า พระธรรม พระสงฆ์ คนทั้งหลายเหล่านี้ถึงแม้ว่าเขาจะบริสุทธิ์หรือไม่บริสุทธิ์ แต่ก็เหมือนกับคนเฝ้าสถานที่ที่เรารัก เราหวงแหน นี่! คิดเอากันอย่างนี้ **ส่วนความบริสุทธิ์หรือไม่บริสุทธิ์นั้นเป็นเรื่องส่วนตัว แต่ว่าเจตนาของเราบริสุทธิ์ เราทำบุญลงไปที่ไหนก็ได้บุญที่นั่น** ไม่เฉพาะจะมาทำบุญกับวัดกับวา

กฎแห่งกรรมเป็นสากล

ความแตกต่างของศาสนามีเฉพาะในภพภูมิของมนุษย์ แต่ความเสมอภาคของกฎธรรมชาติมันเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน เช่น

ศาสนาพุทธสอนว่าฆ่าสัตว์ทุกประเภทบาปหมด

ศาสนาคริสต์สอนว่าฆ่าสัตว์ประกอบอาหารเลี้ยงชีวิตไม่บาป เพราะสัตว์เกิดมาเป็นอาหารของมนุษย์

ศาสนาอิสลามสอนว่าฆ่าสัตว์บูชายัญพระเจ้าได้บุญ

อันนี้คือความแตกต่าง

แต่กฎของกรรมเป็นกฎธรรมชาติ มนุษย์เรามีเจตนาทำอะไรลงไป มันสำเร็จเป็นกรรม เมื่อสำเร็จเป็นกรรมต้องมีผลสนองตอบ

เพราะฉะนั้น ใครจะสอนอย่างไรก็ตาม ในเมื่อตายปุ๊บลงไป เขาได้รับผลกรรมที่เขาได้ทำ เขาจะได้ความรู้สึกว่า อ้อ! พระสมณโคดมสอนถูกต้อง ศาสดาเราสอนผิด เขาจะรู้ตัวต่อเมื่อเขาตายไปแล้ว

ชีวิตของคนเราขึ้นอยู่กับกฎแห่งกรรม

เวลาญาติโยมมีความทุกข์เดือดร้อน ก็วิ่งมาหาพระให้รดน้ำมนต์ให้ ให้แก้กรรมให้

คุณจะพึ่งพระได้จริงหรือ

อาหารการกิน ฉันก็อาศัยคุณ

ผ้านุ่ง ฉันก็อาศัยคุณ

บ้านอยู่ ฉันก็อาศัยคุณ

เวลาฉันเจ็บป่วย ยาแก้โรค ฉันก็อาศัยคุณ

แล้วคุณจะให้คนกินน้ำใต้ศอกคุณไปช่วยคุณได้อย่างไร

นี่! พูดถึงขนาดนี้ก็พูด ไม่อยากให้ญาติโยมทั้งหลายนี่หลงเชื่อสิ่งที่ไม่มีเหตุผล ก้มหัวเข้ามา “เป่าหัวให้หน่อย” เป่าแล้วมันจะเกิดประโยชน์อะไร

ชีวิตของคนเรามันขึ้นอยู่กับกฎของกรรม

ยกตัวอย่างเช่น สามี-ภรรยา เวลาแต่งงานกันรักกันยังกับจะกลืนกิน ไปๆ มาๆ ขอแยกทางกัน แล้วมันเป็นไปได้อย่างไร อันนี้ก็คือกฎของกรรม

เพราะฉะนั้น พระพุทธเจ้าท่านจึงสอนว่า ให้พิจารณาเสมอว่า

เรามีกรรมเป็นของๆ ตน

มีกรรมเป็นผู้ให้ผล

มีกรรมเป็นแดนเกิด

มีกรรมเป็นผู้ติดตาม

มีกรรมเป็นที่พึ่งอาศัย

เราจะทำกรรมอันใดไว้ ดีก็ตาม ชั่วก็ตาม เราจะได้รับผลของกรรมนั้นแน่นอน

อันนี้คือกฎเกณฑ์ที่พระพุทธเจ้าท่านรู้แจ้งชัดเจนมา

เหตุบังเอิญไม่มีในโลก ทุกอย่างล้วนถูกจัดสรรตามเหตุและผล เปลี่ยนแปลงได้ด้วยบุญกุศล

พลังจิตมีทั้งคุณและโทษ

มีคนๆ หนึ่งอยู่นครสวรรค์ เขาโทรศัพท์มาหาหลวงพ่อเรื่อย แต่ยังไม่เคยเจอกัน เขาบอกว่าเขาปฏิบัติสมาธิ ฟังเทปหลวงพ่อ อ่านหนังสือหลวงพ่อ พอได้สมาธิแล้วมันเกิดพลังแปลกๆ ขึ้นมา เวลาเขาไปจับโลหะ มันจะสปาร์กเหมือนไฟช็อต ถ้าเป็นเวลากลางคืนไปจับโลหะ มันจะช็อตออกมาเป็นแสงเป็นสีต่างๆ ไม่เห็นเฉพาะตัวเขา คนอื่นก็เห็นด้วย ชาวบ้านที่เห็นก็บอกว่า เจ้าจะเพี้ยนไปแล้วนะ รีบถามครูบาอาจารย์ ผมก็เลยโทรศัพท์มาถามหลวงพ่อ

หลวงพ่อก็เลยบอกไปว่า นั่นเป็นผลพลอยได้ คุณไปปฏิบัติสมาธิ ไปทำแต่ให้จิตมันนิ่งอยู่เฉยๆ คุณไม่มีการผ่อนคลาย ทีหลังไม่ต้องให้จิตเข้าสมาธิ พอคุณนั่งปั๊บลงไป หาเรื่องมาคิดพิจารณา พลังอันนั้นมันจะได้อ่อนลง คุณจะสบาย **พลังนี้มันให้ทั้งคุณให้ทั้งโทษ ถ้ามันแรงนักจะทำให้คุณร้อนหรือมีอาการตึงเครียด เพราะฉะนั้น ต้องผ่อน ผ่อนด้วยการพิจารณาธรรม**

เขาก็ไปปฏิบัติ ตอนนี้เขาโทรมา เขาบอกว่าเขาสบายแล้ว

ใช้สมาธิให้เกิดประโยชน์ในชีวิตประจำวัน

ได้สมาธิ ต้องเอาสมาธิมาใช้ประโยชน์เพื่อชีวิตประจำวันได้ ไม่ต้องไปนั่งหลับหูหลับตาอะไรให้มันมากนัก อันนั้นเอาไว้ให้หลวงพ่อหลวงพี่ท่านเสีย ท่านไม่ต้องทำมาหาเลี้ยงชีพ ตื่นเช้ามาก็มีคนเอามาถวาย ท่านก็ไม่เดือดร้อน อย่างเราๆ นี่**ต้องปฏิบัติสมาธิให้สัมพันธ์กับเรื่องชีวิตประจำวัน ถ้าสมาธิอันใดเอามาใช้เพื่อประโยชน์ในชีวิตประจำวันได้ นั่นแหละดีที่สุด**

การทำงานนี่ เอาสติตัวเดียว เวลาทำงาน ยืน เดิน นั่ง นอน เราจะคิดไม่หยุดใช่ไหม ในเมื่อคิดไม่หยุด ให้เอาสติจ่อๆๆๆ รู้ความคิดของเราตลอดไป มันจะคิดไปไหนช่างมันแต่ให้มีสติ

ตัวอย่างเช่น ถ้าหากสินค้าค้างสต๊อก จะไปติดต่อลูกค้าที่ไหนมันจึงจะระบายสินค้าออก ให้ตั้งคำถามถามตัวเองไว้ แล้วนอนไป จิตคิดไปเรื่อยๆ ปล่อยให้มันคิดไป พอไปถึงจุดหนึ่ง พอหลับปุ๊บไป จิตจะสว่าง จะมองเห็นลูกค้าทำงานอยู่ที่ตรงโน้นๆ ตื่นเช้ามา เอาตัวอย่างสินค้าไปติดต่อเขา สมมติว่าเราค้าหินอ่อน มองเห็นคนคุมงานอยู่แถวๆ นี้ พอไปถึง คุณ! ต้องการหินอ่อนหรือเปล่า เขาจะตอบว่า อ้าว! กำลังจะไปอยู่เดี๋ยวนี้เอง คุณมีตัวอย่างมาให้ดูไหม พอเอาตัวอย่างให้ดู เขาชอบใจ เขาก็สั่งซื้อ นี่! เขาทำสำเร็จมาแล้ว

ลักษณะสมาธิแบบสะกดจิต

ในฐานะที่หลวงพ่อก็เคยผ่านประสบการณ์มาบ้าง การสอนธรรมะของบางวัดก็เอาสะกดจิตเข้ามาช่วย คือนั่งสมาธิ อาจารย์เป็นผู้กล่าวนำ ให้ทำจิตอย่างนั้น ทำจิตอย่างนี้ ทำจิตให้สว่าง แล้วก็มองดูสวรรค์ชั้นจาตุมชิ อะไรทำนองนี้

การสอนสมาธิให้เห็นโน่นเห็นนี่ มันเข้าลักษณะการสะกดจิต เรื่องทั้งหลายเหล่านี้ ถ้าจะว่าไป การปฏิบัติตามแนวทางของศาสนาพุทธนี่ ศีลเป็นหลักสำคัญ สมาธินี่ใครจะทำได้เก่งแค่ไหนก็เชิญเก่งไป แต่ถ้าศีลไม่บริสุทธิ์ ไม่มีทางเอาตัวรอดได้

อย่างนักสะกดจิตเขาทำสมาธิเหมือนกัน แต่เสร็จแล้วเขาสามารถสะกดสาวๆ มากกมานอนก็ได้

หลวงพ่อรู้ได้อย่างไร เพราะหลวงพ่อมีอาจารย์นักสะกดจิตคนหนึ่งมาสอนให้หลวงพ่อนี่ อะไรที่เกี่ยวกับเรื่องสมาธินี่เรียนหมด วิชาไสยศาสตร์ก็เรียน เรียนทดลองเห็นผลแล้วหยุด

ถ้าสงสัยเรื่องคำบริกรรมก็ไม่ต้องบริกรรม

ถ้าหากญาติโยมทั้งหลายสงสัยว่า ภาวนาพุทโธ ดีไหม สัมมาอรหัง ดีไหม ยุบหนอ-พองหนอ ดีไหม ถ้าสงสัยก็สลัดทิ้งเลย อย่าเอา ทั้ง ๓ อย่าง

กำหนดสติรู้จิตอย่างเดียว ไม่ต้องนึกถึงใครทั้งสิ้น เมื่อเรากำหนดสติรู้จิต เราก็นึกถึงตัวเอง

เมื่อจิตมีสติรู้ตัวอยู่ นั่นคือจิตพุทธะ พุทโธ ไม่ต้องว่า เรากำหนดจิต เรารู้จิตของเราพั้บ นั่น พระพุทธเจ้ามาสถิตอยู่ในจิตของเรา ไม่ต้องไปตะโกนเรียกหาท่าน

แล้วก็กำหนดสติดูจิตของตนเองเรื่อยไป ถ้าจิตของเราอยู่นิ่งๆ ปล่อยให้นิ่งไป ถ้าคิด ให้มีสติตามรู้ไป มันจะคิดเรื่องบาปเรื่องบุญ เรื่องคุณเรื่องโทษ เรื่องโลกเรื่องธรรม สารพัดจิปาถะ ก็ปล่อยให้มันคิดไป อย่าไปห้าม

ทำไมทำสมาธิแล้วเพี้ยนไป

เมื่อคืนนี้ อาจารย์สอนอยู่ในโรงเรียนแห่งหนึ่งในอำเภอลำปลายมาศ แกก็มีความเข้าใจในเรื่องธรรมะ สอนสมาธิอะไรแก่เด็กได้ พอโรงเรียนปิด แกไปปฏิบัติสมาธิที่วัด... พอไปๆ แล้วมันก็เกิดความรู้สึกเพี้ยนไป เรียกว่าใกล้ๆ จะเป็นบ้าไปแล้ว เมื่อคืนพ่อแม่พี่น้องเขาพามาที่ตรงนี้

ทีนี้เราจะไปตำหนิท่านผู้สอนก็ไม่ได้ คือผู้ปฏิบัตินี่ไปเคร่งเครียดเกินไป หวังจะให้สำเร็จง่ายๆ ทีนี้ถ้าเครียดเกินไป ประสาทก็เสีย

สาเหตุที่ทำให้ประสาทของนักปฏิบัติเสียมันอยู่ที่ตรงนี้

พอจิตไปถึงสมาธิตามธรรมชาติ มันจะมีทางแยก ๒ ทาง

ทางหนึ่ง มันสงบ นิ่ง ว่างๆๆๆ ไปไม่มีอะไร จนกระทั่งร่างกายตัวตนหาย

อีกทางหนึ่ง พอสงบพั๊บลงไป ความคิดมันเกิดฟุ้งๆๆๆ ขึ้นมา ผู้ปฏิบัติก็ดี อาจารย์ผู้สอนก็ดี รู้เท่าไม่ถึงการณ์ ไปหาว่าจิตมันฟุ้งซ่าน แล้วก็ไปสอนให้ลูกศิษย์**บังคับจิตไม่ให้มันคิด มันก็ไปฝืนกฎธรรมชาติของสมาธิ** มันก็เกิดตึงเครียดขึ้นมา พอเกิดตึงเครียดขึ้นมาก็เสียประสาท ทำให้เพี้ยนไป

เพราะฉะนั้น หลักการปฏิบัตินี่ เวลาจิตหยุดนิ่ง มันอยากนิ่งไปถึงไหนปล่อยให้มันนิ่งไป ถ้าเวลามันอยากคิด ปล่อยให้มันคิดไป

มันจะคิดไปไหนช่างมัน แต่ให้เรามีสติกำหนดตามรู้ๆๆๆ มันไป ถ้าจิตยังไม่มีพลังเพียงพอ คิดพั๊บเรากำหนดรู้ มันจะหยุดคิดทันที มันก็ว่าง ปล่อยให้มันว่างไป ถ้าคิดพั๊บ เรารู้ ว่างรู้ คิดรู้ สลับกันไปอย่างนี้ ถ้าหากว่าเราไปห้ามมัน ไปขัดมัน **จิตในเมื่อมันมีพลังงานที่จะทำงานของมันเองได้ ไปขัดขวางไม่ได้**

อาจารย์ใหญ่ของหลวงพ่อ (หลวงปู่เสาร์) สอนเอาไว้ เวลาไปนั่งปรนนิบัติท่าน อยู่ๆ ท่านก็พูดขึ้นมาเปรยๆ "เวลานี้จิตข้าไม่สงบมีแต่ความคิด"

พอกราบเรียนถามว่า "จิตฟุ้งซ่านหรือท่านอาจารย์"

"อ้าว ถ้ามันเอาแต่หยุดนิ่งมันก็ไม่ก้าวหน้า" ท่านว่าอย่างนี้

ปรากฏการณ์... ความรู้ที่ปรากฏขึ้นเป็นภาษาพูดขึ้นมาก็ดี ความรู้ความเห็นที่เป็นมโนภาพก็ดี มันเป็นแต่เพียงอารมณ์จิตเท่านั้น

แม้ว่าเราจะรู้ว่า อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา มันก็เป็นเพียงอารมณ์จิตเท่านั้น

แม้แต่ปีติและความสุขที่เกิดขึ้นในสมาธิ ก็เป็นแต่เพียงอารมณ์จิตเท่านั้น

ถ้าเราคิดมั่นใจ ตั้งใจให้แน่วแน่อย่างนี้ เราจะไม่หลงทาง

สมาธิธรรมชาติจะไปค้นคว้าพิจารณา เรื่องที่คล่องตัวอยู่แล้ว

เมื่อจิตสงบ นิ่ง ว่าง เมื่อมันมีพลังทางสมาธิ สติ มันจะเกิดปัญญา ปัญญาก็คือความคิด ความคิดอันนี้ถ้าหากว่าเป็นพ่อค้าพ่อขาย มันก็คิดไปทางค้าทางขายนั่นแหละ ใครเป็นพ่อค้าทองมันก็คิดเรื่องค้าทอง ใครเป็นพ่อค้าวัสดุ มันก็คิดเรื่องค้าวัสดุ ใครเป็นครูสอน มันก็คิดเรื่องครูนั่นแหละ มันไม่ไปไหนหรอก

เราเรียนมาทางแผนวิชาการ พอจิตสงบเป็นสมาธิ ถ้ามันปฏิวัติตัวเองไปได้ มันก็จะไปค้นคว้าของมันเอง

ทีนี้เขาทั้งหลายก็ว่ามันออกนอกลู่นอกทาง แล้วก็ไปบังคับมันไม่ให้มันคิด เมื่อไม่ให้มันคิดมันก็ไปฝืนธรรมชาติของสมาธิ เมื่อเป็นเช่นนั้น มันก็เกิดความตึงเครียด

พระท่านสอนนี่ ท่านสอนว่า อย่าให้จิตมันออกนอก อย่าให้จิตมันออกนอก ให้มันรู้อยู่แต่เรื่องธรรมะภายในจิต แต่ถ้ามันไปรู้เรื่องวิชาการที่เรียนมา รู้เรื่องธุรกิจการงานที่รับผิดชอบ ท่านว่ามันเดินทางไม่ถูก

แล้วถ้าหากว่าจิตของเรามีพลังที่เป็นสมาธิเองโดยธรรมชาติมันก็ไป สิ่งใดที่เราเคยศึกษาเล่าเรียนมา เรารู้มาศาสตร์ไหน เรามีธุระการงานอะไร มันก็จะไปค้นคว้าอยู่ที่สิ่งนั้นแหละ เพราะมันคล่องตัวแล้ว

สังเกตดูก็ได้ อย่างพวกหมอนี่ ถ้าหากเกิดมีสมาธิธรรมชาติจริงๆ ขึ้นมานี่ มันไม่ไปไหนหรอก มันจะไปวิจัยอยู่ในวิชาหมอ

นั่นแหละ เช่น คุณหมอเอาเรื่องกายคตาสติมาเป็นอารมณ์กรรมฐาน พอนึกว่า *เกสา* ผม *โลมา* ขน *นขา* เล็บ *ทันตา* ฟัน *ตโจ* หนัง *หทยัง* หัวใจ พอนึกถึง *หทยัง* หัวใจเท่านั้นแหละ จิตมันก็หยุดที่หัวใจ เสร็จแล้วมันจะวิจัยเรื่องหัวใจ หัวใจมีรูปพรรณสัณฐานอย่างไร ประกอบด้วยชิ้นส่วนอะไร มีประโยชน์อย่างไร มันจะวิจัยของมันอยู่ที่ตรงนั้น บางทีดีไม่ดีมันไปตรวจโรค ถ้าเราวินิจฉัยโรคไม่ถูก ประเดี๋ยวมันก็วินิจฉัยของมันเอง

เพราะฉะนั้น จิตนี่เวลามันต้องการหยุดนิ่งให้นิ่งไป เวลามันคิดปล่อยให้มันคิดไป เราเอาสติตัวเดียวเท่านั้น

ความรู้ทั้งหลายเหล่านี้คือ สภาวธรรม

สภาวธรรม เป็นอารมณ์สิ่งรู้ของจิต สิ่งระลึกของสติ

วาสนาเก่า

มีคนๆ หนึ่งไปเรียนในโรงเรียนของทางศาสนาคริสต์ เขาสนับสนุนทุกสิ่งทุกอย่างจนเรียนจบปริญญา แล้วไปทำงานกับพวกศาสนาคริสต์ ต่อมาไปป่วยอยู่ที่อเมริกา เป็นมะเร็งในกระเพาะลำไส้ อาการหนักมาก หมอบอกว่า ไม่มีทางช่วยเหลือคุณได้แล้ว กลับไปตายบ้านเสีย พอแกได้ยินอย่างนั้น แกก็ทอดอาลัยตายอยาก เออ! ตายก็ตาย มันเป็นเหมือนว่าแกช็อกไป แต่ขณะที่ช็อกไปนั่น จิตมันไปใสสว่างอยู่ แล้วก็มามองเห็นร่างกายตายขึ้นอืด เน่าเปื่อยผุพังสลายตัวไปหมด ไม่มีอะไรเหลือ พอเขาตื่นขึ้นมา เขาก็มารู้สึกว่าทุกสิ่งทุกอย่างมันเบาสบาย เลยบอกกับญาติว่าฉันหายแล้ว กลับบ้านเถอะ อยู่หมอก็ช่วยไม่ได้ ก็เลยพากันกลับบ้าน แล้วก็หายวันหายคืนมา จนกระทั่งบินกลับมาประเทศไทยได้

พอมาถึง ลงสนามบิน ก็ถามน้องสาวว่า มีพระที่ไหนพอที่จะแก้ปัญหาจิตใจของฉันได้บ้าง ก็มีแต่พ่อของฉันอยู่ที่โคราชนั่นแหละ เอ้า! ถ้างั้นเราไปเดี๋ยวนี้ มาถึงนี่ประมาณตีสอง ได้ยินเสียงร้องแจ้วๆ ก็เลยเปิดประตูมา เขาก็มาเล่าให้ฟัง หลวงพ่อก็เอารูปภาพที่เขียนเอาไว้ให้ดู (ภาพอสุภะที่หลวงพ่อเห็นในนิมิตแล้วให้ลูกศิษย์วาดภาพไว้ให้) พอแกดูจบก็บอกว่าผมก็เป็นอย่างนี้ ผมไม่ได้ภาวนา ทำไมผมจึงเป็นอย่างนั้น เลยบอกเขาว่า มรดกเดิมของคุณมีอยู่ คุณไปนับถือศาสนาคริสต์เพียงแค่ความตั้งใจเผินๆ แต่ว่าจิตใต้สำนึกของคุณไม่รับ **ถ้าหากบุญบารมีเกี่ยวข้องกับศาสนาพุทธมีอยู่ มันก็ย้อนกลับมา**

จิตกับวิญญาณเหมือนกันหรือไม่

จิต กับ วิญญาณ

วิญญาณอันหนึ่งเป็นวิญญาณในเบญจขันธ์ หมายถึงวิญญาณที่รู้ด้วย ตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจ เช่น ตาเห็นรูป เกิดความรู้สึกขึ้น เรียกว่า จักขุวิญญาณ

วิญญาณอีกอันหนึ่ง เป็นปฐมจิต ปฐมวิญญาณ หรือ มโนธาตุ

มโนธาตุนี่เป็นธาตุรู้อยู่เฉยๆ แต่เมื่อมันออกมารับอารมณ์เกิดอาการขึ้นมาคือความคิดอ่าน ความคิดอ่านท่านเรียกว่า จิต

จิตแท้ จิตดั้งเดิม คือ มโนธาตุหรือปฐมวิญญาณซึ่งเป็นธาตุรู้คือรู้อยู่เฉยๆ ไม่มีอาการ แต่เมื่อมาอาศัยเครื่องมือคือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจ มันก็ออกมาทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางใจ แต่ถ้าไม่มีอวัยวะ มันก็ได้แต่รู้อยู่เฉยๆ

อันนั้นคือตัวปฏิสนธิวิญญาณ หรือปฐมวิญญาณ วิญญาณตัวที่รู้จักไปผุดไปเกิด

มโนธาตุ ปฐมจิต ปฐมวิญญาณ ถ้าไม่มีอวัยวะก็ออกมารับรู้อารมณ์ภายนอกไม่ได้ เมื่อมีตา มาเห็นทางตา รู้ทางตา ก็เรียกว่า จักขุวิญญาณ

แต่ถ้าร่างกายนี่แตกดับลงไปยังเหลือแต่จิตวิญญาณอันเดียว มันก็ได้แต่รู้อยู่เฉยๆ แต่บางทีมันอาจจะรู้เห็นอะไรได้ แต่มันคิดมันพูดไม่เป็น

เหตุปัจจัยปรุงแต่ง เกิดทางตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจ แต่ถ้าไม่มีอะไรปรุงแต่ง มันก็อยู่เฉยๆ ของมัน แต่ถ้าความนิ่งเฉยของมันไปสู่จุดที่ไม่มีร่างกายตัวตน มันก็ได้แต่เฉยลูกเดียว

ถ้าหากมันออกมาสัมพันธ์กับอวัยวะทั้งหลายแล้ว มันก็มีแต่เฉยอยู่ อันนั้นแสดงว่าอารมณ์หรือสิ่งมากระทบมันไม่สามารถจะปรุงแต่งมันได้ มันก็เป็นอิสระแก่ตัวเอง แต่ส่วนใหญ่นักปราชญ์ท่านเรียกว่า สิ่งที่เป็นอิสระก็ดี สิ่งที่ปรุงแต่งก็ดี ท่านก็เรียกว่า "จิต" ทั้งนั้น ถ้าไปแยกแยะอย่างที่หลวงพ่อพูดจะสับสน ท่านก็เรียกแต่จิตๆๆ ดวงเดียว

อาการก่อ อาการสั่งสม อันนั้นเป็นเรื่องของจิต แต่จิตจะก่อจะสั่งสมได้ต้องอาศัยเครื่องมือคือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจ ในเมื่อร่างกายนี้แตกดับไป ตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจ ไม่มี มันก็หยุดก่อ สั่งสม เพราะมันไม่มีเครื่องมือทำงาน แต่ถ้าเป็นจิตที่หลุดพ้นแล้ว วิญญาณที่หลุดพ้นแล้ว ถึงแม้กายจะยังมีอยู่ ความคิดปรุงแต่งก็มีอยู่ธรรมดา แต่ว่าสิ่งเหล่านั้นไม่สามารถจะทำให้จิตดวงนี้มีอาการเปลี่ยนแปลงได้ คือมันทรงอยู่ในความเป็นปกติ ไม่หวั่นไหวต่ออาการใดๆ มันรับรู้ แต่สิ่งรู้ไม่สามารถจะปรุงแต่งให้เกิดความยินดี ยินร้าย พอใจ ไม่พอใจได้ อะไรๆ ก็มีแต่เฉยๆๆ ลูกเดียว แต่ไม่ใช่เฉยอย่างไม่เอาไหน รู้สึกเฉยๆ แต่ว่าทำไม่หยุด นั่นแหละมันมีลักษณะอย่างนั้น

จุติวิญญาณ-ปฏิสนธิวิญญาณ ในปัจจุบันและอนาคต

ปฏิสนธิวิญญาณ หมายถึง วิญญาณที่รู้จักไปผุดไปเกิด

วิญญาณที่รู้จักไปผุดไปเกิดเป็นเรื่องอนาคตไม่ใช่เรื่องปัจจุบัน ตายไปแล้วมันจึงจะไปเกิด

ปฏิสนธิวิญญาณ-จุติวิญญาณในระยะใกล้ที่สุด หมายถึง ขณะจิตหนึ่งๆ ที่ไปเกาะอยู่กับอารมณ์สิ่งนี้ มันก็เป็นปฏิสนธิ ถ้ามันทิ้งอารมณ์สิ่งนี้ไป มันก็เป็นจุติ แล้วมันไปเกาะอารมณ์ใหม่ ก็ปฏิสนธิ พอทิ้งอารมณ์นี้ไป ก็เป็นจุติ

จุติ แปลว่า เคลื่อน

ปฏิสนธิ แปลว่า ยึดครอง

วิญญาณในปฏิจจสมุปบาท เป็นวิญญาณที่รู้จักจุติ-ปฏิสนธิ

อวิชชาปัจจยา สังขารา - อวิชชา ความรู้ไม่จริง จิตมันอยากรู้ อยากเห็น มันก็ปรุงแต่ง ความปรุงแต่งนั่นคือสังขาร

วิญญาณปัจจยา นามรูปัง - เมื่อมันปรุงแต่งไป มันก็ไปยึดในรูป ในนาม

นามรูปปัจจยา ผัสสะ - เมื่อไปยึดนามรูป มันก็มีผัสสะ เมื่อมีผัสสะ ก็มีเวทนา มีสุข มีทุกข์

เมื่อมีเวทนา ก็มีตัณหา สิ่งใดชอบใจ มันก็ทะเยอทะยานอยาก สิ่งไม่ชอบใจ มันก็ทะเยอทะยานจะให้พ้นไป

ตัณหาปัจจยา อุปาทานัง - ความยึดมั่น ถือมั่น เมื่อยึดมั่นถือมั่นติดอยู่ตรงนั้น มันก็เกิดภพ คือ ความมี ความเป็น

เมื่อเกิดภพ คือความมี ความเป็น มันก็เกิดชาติ คือความเกิด

กิเลสและอารมณ์มันก็เกิดของมันเรื่อยไปๆ ไม่ได้หมายแต่ว่าไปเกิดในภพอื่นชาติอื่น มันก็เกิด มันก็ตายอยู่ในขณะจิตนั้นแหละ

ทีนี้ถ้าหากว่าจิตมันยังยึดสิ่งที่มันปรุงแต่ง หรืออารมณ์ที่ปรุงแต่งขึ้นมาอยู่นั่น บางทีมันก็มีความโทมนัสน้อยใจ มีความโศกเศร้า ร่ำไร ปริเทวนาการ มันก็เกิดทุกข์ร่ำไป

ในที่สุด *สังขิตเตนะ ปัญจุปาทานักขันธา ทุกขา* ความยึดมั่นถือมั่นในเบญจขันธ์เป็นทุกข์อย่างยิ่ง แล้วพระพุทธเจ้าท่านก็มีความรู้ออกมาว่า *ภารา หเว ปัญจักขันธา* ขันธ์ทั้ง ๕ เป็นภาระ *ภาราทานัง ทุกขัง โลเก* การแบกหาบภาระเป็นทุกข์อย่างยิ่ง เรามาสลัดเสียซึ่งภาระคือการยึดมั่นถือมั่นในเบญจขันธ์ มันก็บรรลุถึงความสุข

วิญญาณที่ไม่มีจุติ ไม่มีปฏิสนธิ (จิตที่หมดกิเลส) ไม่ได้หมายความว่ามันไม่รับรู้อารมณ์ใดๆ มันรับรู้อยู่ แต่มันไม่เกิดอาการคือ ความยินดี ยินร้าย สักแต่ว่ารู้ สักแต่ว่าเห็น รู้ เห็น สัมผัส รู้แล้วก็ปล่อยวางๆ แต่จุติ-ปฏิสนธิ ก็ยังมีอยู่ แต่ไม่ได้ยินดี ยินร้ายต่อเหตุการณ์นั้นๆ

บั้นปลายของมัน พอมันทิ้งขันธ์นี้ไปแล้ว มันก็ไม่มีจุติ-ปฏิสนธิอีกแล้ว เพราะกฎแห่งกรรมหมดไปแล้ว

จิตดวงนี้มีอำนาจถีบตัวไปอยู่เหนืออำนาจกฎแห่งกรรม เหนืออำนาจของกิเลส มันเป็นจิตที่บริสุทธิ์สะอาด

วิญญาณที่จุติ-ปฏิสนธิซึ่งเป็นไปตามอารมณ์ที่มันเปลี่ยนๆ ไปเรื่อยนี่ อันนี้คือ **วิญญาณในปฏิจจสมุปบาทในระยะสั้น ปัจจุบัน**

แต่เมื่อมันทิ้งขันธ์นี้ไปแล้ว มันไปจุติในภพอื่น ชาติอื่น นั่น อันนี้ก็ปฏิสนธิ ที่เรียกว่า วิญญาณในปฏิจจสมุปบาท เพราะว่าถ้ามันยังไม่หมดกิเลส มันก็หอบเอากิเลสไป ไปปฏิสนธิเกิดใหม่ มันก็อาศัยอวิชชาปัจจยาตัวเดียวนั่นแหละเป็นเหตุให้ทำกรรมต่อเนื่องกันไม่หยุดหย่อน จนกว่าผู้บำเพ็ญเพียรภาวนาสำเร็จอรหันต์ขึ้นมา อรหัตตมรรคจะเป็นผู้ตัดอวิชชาตัวนี้ขาดสะบั้นไป การจุติ-ปฏิสนธิในปัจจุบันนี้มันก็ยังมีอยู่เป็นเรื่องของธรรมดา แต่เมื่อจุติคือสิ้นภพสิ้นชาติไปแล้ว การปฏิสนธิใหม่มันไม่มี

เพราะฉะนั้น ท่านจึงว่า *ขีณา ชาติ* ชาติคือความเกิด มันหมดสิ้นแล้ว *ปุนัพภโวติ* การเกิดใหม่ไม่มีอีกแล้ว อันนี้หมายถึงผู้สำเร็จพระนิพพาน ถึงพระนิพพานแล้ว

จิตที่เข้าถึงพระนิพพาน เป็นอัตตาหรืออนัตตา

มันก็ไม่ใช่ทั้งอัตตา ไม่ใช่ทั้งอนัตตา

เมื่อเป็นเช่นนั้น มันเป็นอะไรล่ะ ไม่รู้ พระพุทธเจ้าไม่เคยบอกไว้ มันเป็นสิ่งที่อยู่เหนืออำนาจของอัตตาและอนัตตา

อย่างที่ท่านพุทธทาสท่านบอกว่าละอัตตาได้แล้วอย่าไปยึดอนัตตา

ถ้าถือตัวว่าละอัตตาได้แล้ว แต่ยังไปยึดอนัตตาอยู่ มันก็ยังมีอัตตาอยู่นั่นแหละ เพราะเรายังมีความยึด

เราปฏิบัติ เราอยากเป็นพระอรหันต์ สมมติว่าเราเป็นพระอรหันต์แล้ว เราก็ไม่รู้ว่าเราเป็นอะไร ในที่สุดมันก็คือเรานั่นแหละ เพราะสิ่งที่เราบรรลุถึงนั้นมันไม่มีภาษาสมมติบัญญัติ แล้วจะเรียกว่าอะไรมันก็เรียกไม่ถูก

ทางหลุดพ้นอยู่ที่ไหน

เราจะไปหาทางหลุดพ้น เราต้องหาที่จิตของเราเอง

สุขเกิดที่จิต ทุกข์เกิดที่จิต

บาปเกิดที่จิต บุญเกิดที่จิต

สวรรค์ นรก เกิดที่จิต

นิพพาน เกิดที่จิต

มันต้องค้นหาจากที่เกิดนั้น

พระองค์แสดงไว้ชัดเจน ก็ไม่น่าจะไปสงสัยอะไร

อานนท์ เธอว่าตัณหาเกิดที่ไหน

ขอพระผู้มีพระภาคเจ้าจงทรงแสดงธรรม

พระองค์ก็ทรงแสดงว่า

อานนท์ ตัณหามันเกิดที่ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ

มันเกิดได้อย่างไร

เกิดเพราะมีสิ่งมาสัมผัส รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส ธรรมารมณ์ มันมากระทบกันเข้า

เกิดความยินดี ก็เป็นกามตัณหา

เกิดความยินร้าย ก็วิภวตัณหา

ไปยึดติด ก็ภวตัณหา

แล้วมันจะดับได้อย่างไร

มันก็ดับที่นั่นแหละ มันเกิดที่ไหน มันก็ดับที่นั่น

ดับได้อย่างไร

ฝึกสติ อานนท์

แค่นี้ก็จบพระไตรปิฎกแล้ว ไม่ต้องไขว่คว้าอะไรให้มากนัก

สภาวะจิตที่หลุดพ้น

อัตตาก็ไม่ยึด อนัตตาก็ไม่ยึด

ดีก็ไม่ยึด ชั่วก็ไม่ยึด

บุญก็ไม่ยึด บาปก็ไม่ยึด

เป็นผู้มีบุญและบาปอันลอยแล้ว คือสละแล้ว

บุญ : ศีล สมาธิ ปัญญา เป็นเพียงอุปกรณ์ให้ถึงจุดหมายปลายทาง คือความบริสุทธิ์แห่งจิต จิตที่บริสุทธิ์คือจิตที่ไม่มีอะไร แม้แต่จิตก็ไม่มี สิ่งที่เราคิดว่ามีมันก็ไม่มี

พระนิพพานก็เอาอาการดับกิเลสมาเรียก

นิพพาน แปลว่า ดับ

ดับอะไร ดับกิเลส

อะไรดับ กิเลสดับ

อะไรสูญ กิเลสสูญ

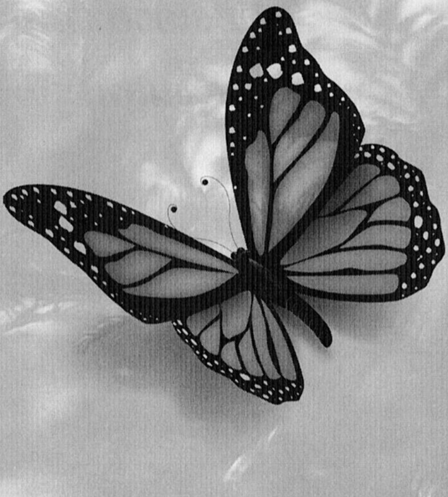
สิ่งที่อยู่เหนือการดับคืออะไร ไม่มีใครกล่าวนามของมันไว้ แม้แต่พระพุทธเจ้าก็จนใจ ไม่ทราบว่าจะเอาอะไรมาเรียก ก็เลยบัญญัติศัพท์ว่า “พระนิพพาน”

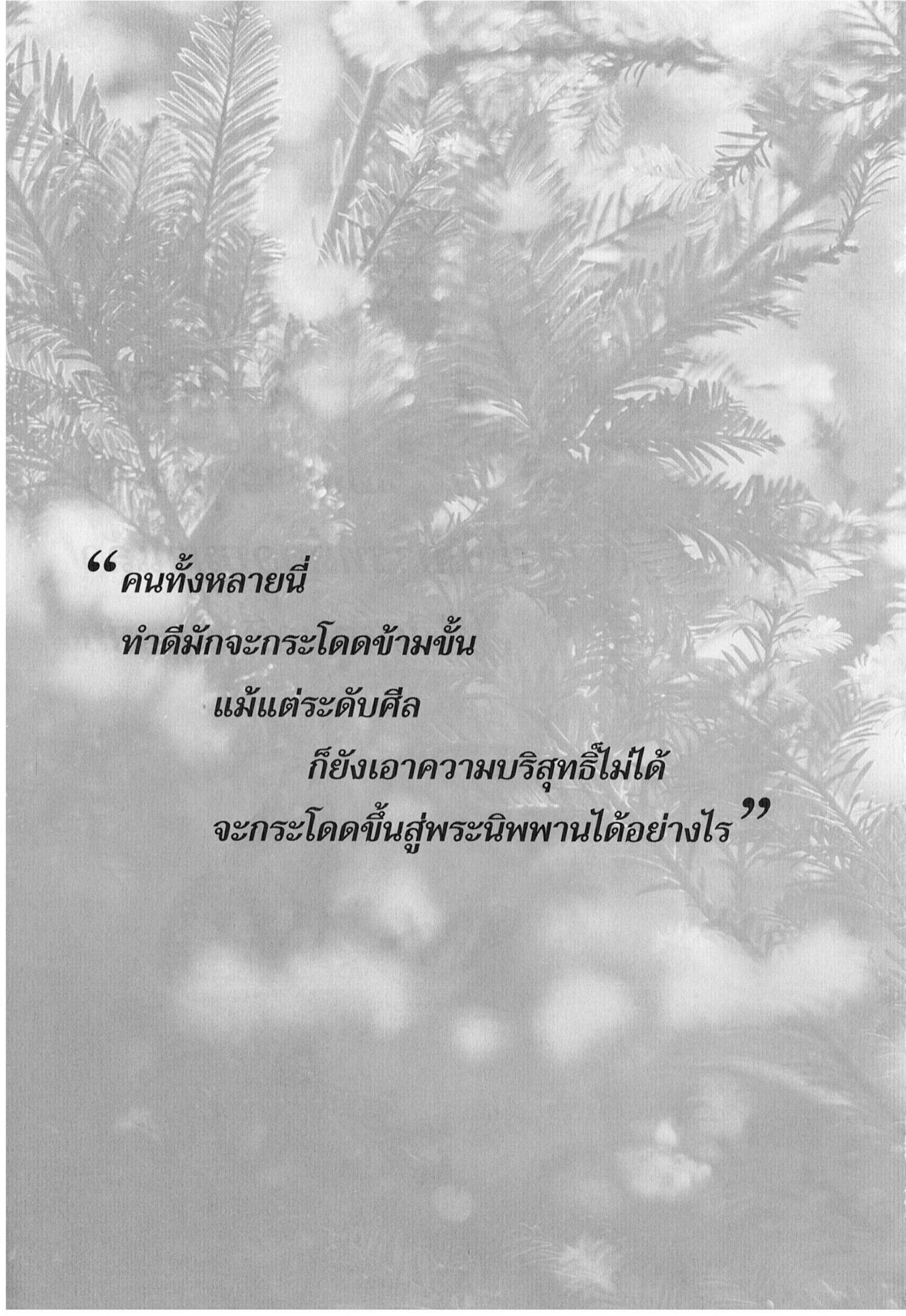
แต่พระนิพพานเป็นการดับ ชื่อของความดับ *นิพพานะ* แปลว่า ดับ ไม่มีเหลือ

ในเมื่อดับแล้ว สิ่งที่อยู่เหนือการดับคืออะไร มันจึงขมวดเข้าไปสู่จุดที่เรียกว่า *ปัจจัตตัง เวทิตัพโพ วิญญูหิ* อันวิญญูชนพึงรู้ได้ด้วยตนเอง

คำสอน

ของพระพุทธเจ้า
ผ่านการทดสอบมาแล้ว
ไม่มีเหตุผลที่จะสงสัย





"คนทั้งหลายนี่
ทำดีมักจะกระโดดข้ามขั้น
แม้แต่ระดับศีล
ก็ยังเอาความบริสุทธิ์ไม่ได้
จะกระโดดขึ้นสู่พระนิพพานได้อย่างไร"

อย่าสงสัยในคำสอนของพระพุทธเจ้า

ในฐานะที่เรานับถือพระพุทธศาสนา มีพระพุทธเจ้าเป็นพระบรมศาสดา และพวกเราทั้งหลายเป็นลูกศิษย์ของพระองค์ท่านคือเป็นสาวก สาวกคือลูกศิษย์นี่ ต้องเชื่อฟังคำสอนของผู้ที่เป็นศาสดา

ศาสนาพุทธ ความสำเร็จของศาสดาพระสัมมาสัมพุทธเจ้ามีเรื่องปุพเพนิวาสานุสสติญาณ การระลึกชาติหนหลังได้ เป็นหัวใจสำคัญในการแสดงธรรมของพระองค์ เพราะฉะนั้น คำสอนทุกคำที่พระองค์นำมาแสดง มาเทศน์ให้เราฟังนั่นแหละ มันเป็นสิ่งที่พระองค์ได้ทดสอบได้ทดลองมาแล้ว เหมือนกับนักวิทยาศาสตร์ปัจจุบันที่คิดสร้างอะไรขึ้นมาแล้ว เขาก็ได้ทดสอบ ผ่านการทดสอบการทดลองมาอย่างแน่นอน เช่นอย่างเครื่องจักร เครื่องกล เครื่องยนต์ เครื่องมือแพทย์ เครื่องผ่าตัด อะไรต่างๆ นี่ นักวิทยาศาสตร์เขาคิดขึ้นมา เขาทดลองแล้วว่ามันได้ผลแน่นอนและไม่เป็นอันตรายแก่บุคคลผู้นำไปใช้ เขาจึงได้ผลิตนำออกมาจำหน่ายให้เราซื้อมาใช้ด้วยราคาแพงๆ

ข้อเปรียบเทียบอันนี้ เหมือนกับคำสอนที่พระพุทธเจ้าได้นำมาสอนเรานี่ ทุกสิ่งทุกอย่างที่มันเป็นบุญเป็นบาป ทำแล้วตกนรกทำแล้วขึ้นสวรรค์ ปฏิบัติแล้วได้บรรลุฌานสมาบัติ แล้วก็ไปเกิดเป็นพระพรหมในพรหมโลก พระองค์ก็เคยทดลอง ทดสอบมาแล้ว

เพราะฉะนั้น ยังมีอะไรอีกหรือที่เราจะต้องสงสัย

ในเมื่อพระองค์มารู้แจ้งเห็นชัดอย่างนี้ **ความรู้ความเห็นโดยสรุปของพระองค์ ก็มารวมอยู่ตรงที่ว่า ทำดีได้ดี ทำชั่วได้ชั่ว** ท่านจึงวางกฎเกณฑ์ให้เราได้พิจารณาสม่ำเสมอว่า

เรามีกรรมเป็นของๆ ตน

มีกรรมเป็นผู้ให้ผล

มีกรรมเป็นแดนเกิด

มีกรรมเป็นผู้ติดตาม

มีกรรมเป็นที่พึ่งอาศัย

เราจะทำกรรมอันใดไว้
ดีก็ตาม ชั่วก็ตาม
เราจะได้รับผลของกรรมนั้นแน่นอน

ทุกสิ่งในจักรวาลนี้ตกอยู่ใต้กฎไตรลักษณ์

คำสอนของพระพุทธองค์ โดยส่วนรวมแล้วเราจะสรุปความเป็นจริงในคำสอนนั้นได้ ๒ ประเด็น

ประเด็นที่ ๑ คำสอนส่วนที่เป็นสภาวธรรม หรือธรรมะที่เป็นเครื่องรู้ของจิต เครื่องระลึกของสติ ของพระพุทธองค์หมายถึงอะไรบ้าง หมายถึงกายกับใจของเรา สถานการณ์และสิ่งแวดล้อมที่เราสัมผัสรู้ด้วยตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจ จะเป็นอะไรก็ได้ ทั้งสิ่งที่เป็นไปโดยคดีโลกและคดีธรรม รวมแล้วว่า **สิ่งใดที่เราสามารถรู้ด้วยจิตด้วยใจ สิ่งนั้นแหละมันเป็นสภาวธรรม** ตั้งแต่กายกับใจของเรา ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ สิ่งที่มาสัมผัส ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ คือ รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส ธรรมารมณ์ สิ่งทั้งหลายเหล่านี้เป็นสภาวธรรม เป็นสิ่งรู้ของจิต สิ่งระลึกของสติ

ของพระพุทธเจ้าและของพุทธสาวกผู้ปฏิบัติธรรม หมายถึง **ทุกสิ่งทุกอย่างที่มีอยู่ในจักรวาลนี้ ตั้งแต่อณู ปรมาณู จนกระทั่งมวลสารที่เกาะกลุ่มกันเป็นก้อนใหญ่โต เขามีกฎธรรมชาติที่ตายตัวอยู่ ๓ อย่าง คือ อนิจจัง ไม่เที่ยง ทุกขัง ทนอยู่ตลอดกาลไม่ได้ อนัตตา ไม่เป็นตัวของตัวเอง** ซึ่งมันเป็นกฎธรรมชาติที่ต้องเป็นไปอย่างนั้น แม้แต่ร่างกายของเรา เกิดมาแล้วก็ต้องแก่ เจ็บ ตาย สิ่งทั้งหลายเหล่านี้เป็นกฎของธรรมชาติทั้งนั้น สภาวะทั้งหลายที่มันเกิดขึ้นแล้ว มันก็ทรงอยู่ ดับไป ความเปลี่ยนแปลงทั้งหลายเหล่านั้นเรียกว่า อนิจจัง คือ ความไม่เที่ยง

เมื่อทุกสิ่งทุกอย่างมันเป็นไปตามกฎธรรมชาติของเขา แล้วทำไมหนอมนุษย์เราจึงต้องไปทุกข์ไปเดือดร้อน ที่เราต้องไปทุกข์ไปเดือดร้อนก็เพราะว่าเราสำคัญผิด สำคัญผิดในชื่อของเราเอง เราไปภาคภูมิใจในชื่อของเรา ชื่อของเราว่า "มนุษย์" มนุษย์ แปลว่าผู้มีใจสูง เมื่อเราเข้าใจว่าเราเป็นผู้มีใจสูง เราก็สำคัญว่าเรามีอำนาจแล้วไปเที่ยวเบ่งทับในสิ่งที่มันเป็นไปไม่ได้ เช่น จะไปบังคับความแก่ไม่ให้แก่ บังคับความเจ็บไม่ให้เจ็บ บังคับความตายไม่ให้ตาย เมื่อมันไม่เป็นไปตามความประสงค์ของเรา มันขัดใจเรา เราก็เกิดทุกข์ เกิดความเดือดร้อน

เพราะฉะนั้น ธรรมอันเป็นคำสอนของพระพุทธเจ้าได้แก่สภาวธรรมอันเป็นสิ่งรู้ของจิต สิ่งระลึกของสติ มันตกอยู่ในกฎของธรรมชาติ คือ อนิจจัง ไม่เที่ยง ทุกขัง เป็นทุกข์คือทนอยู่ไม่ได้ อนัตตา ไม่เป็นตัวของตัว

อันนี้เป็นกฎธรรมชาติของฝ่ายสภาวธรรม

กฎแห่งกรรมเป็นกฎธรรมชาติที่หลีกเลี่ยงไม่ได้

กฎธรรมชาติอีกอันหนึ่งมันเกิดจากการกระทำของมนุษย์เราเอง มนุษย์เรามีเจตนาที่จะทำอะไรลงไป พูดอะไรลงไป คิดอะไรด้วยความตั้งใจ ท่านเรียกว่า ทำ พูด คิด โดยเจตนา ในเมื่อเป็นเช่นนั้น พระพุทธเจ้าท่านตรัสว่า *เจตนาหัง ภิกขเว กัมมัง วทามิ* ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย เรากล่าวว่าเจตนาคือตัวกรรม เพราะฉะนั้น สิ่งใดที่เรามีเจตนาคือความตั้งใจจะทำ ในเมื่อทำลงไปแล้ว สำเร็จเป็นกรรมแล้ว ก็มีผล กฎอันนี้ก็เป็นกฎธรรมชาติที่ทุกคนต้องยอมรับ เราปฏิเสธไม่ได้

สมมติว่าเราเผลอไปฆ่าคนตายคนหนึ่ง ภายหลังเรามานึกได้ ว่าการฆ่าคนนี่มันบาป แล้วเราก็มานึกว่า ฉันทำเล่นๆ ฉันไม่ต้องการผลของบาป มันก็หลีกเลี่ยงไม่ได้

เพราะฉะนั้น จะเป็นอะไรก็ตาม เป็นความดีก็ตาม ความชั่วก็ตาม ในเมื่อเรามีเจตนาทำลงไป สิ่งนั้นมันสำเร็จเป็นกรรม กรรมอันนั้นมันก็หนุนส่งวิถีชีวิตของเราให้ไปเกิดในภพภูมิที่ดีบ้าง ภพภูมิที่เลวบ้าง แล้วแต่กุศลกรรม อกุศลกรรม มันจะเป็นสิ่งที่ดลบันดาลให้เป็นไปอย่างนั้น

อันนี้ก็เป็นกฎธรรมชาติอันหนึ่งซึ่งใครจะหลีกเลี่ยงไม่ได้

พระพุทธเจ้าสอนศีล ๕ เพื่อประโยชน์สุขของมวลมนุษย์

เพื่อเป็นการสงเคราะห์มวลมนุษย์ทั้งหลายไม่ให้เผลอไปทำบาปทำกรรม พระพุทธเจ้าท่านเทศน์ว่า *สัพพะ ปาปัสสะ อกรณัง* การไม่ทำบาปทั้งปวง

การไม่ทำบาปทั้งปวงนี่เราจะกำหนดเอาอะไรเป็นหลักปฏิบัติ **กฎเกณฑ์และการละบาปทั้งปวง ไม่มีอะไรดียิ่งไปว่าศีล ๕ ข้อ** ซึ่งเป็นมนุษยธรรมประจำโลก มีอยู่ประจำโลกแต่ไหนแต่ไรมา มีมาก่อนพระพุทธเจ้าเกิด

ถ้าเรารักษาศีล ๕ ข้อให้บริสุทธิ์บริบูรณ์ได้ดีแล้ว นั่นแหละคือการไม่ทำบาปทั้งปวง

เมื่อเรารักษาศีล ๕ ข้อ เราอย่าไปนึกแต่ว่ารักษาศีล ๕ แล้วต้องไปสวรรค์ ต้องไปนิพพาน การปฏิบัติธรรมต้องพิจารณาถึงผลประโยชน์ในปัจจุบันบ้าง ถ้าไปคิดเอาแต่ภพหน้า ชาติหน้า บางทีเราอาจจะไม่อยากปฏิบัติ รักษาศีลแล้วไปสู่สวรรค์ รักษาศีลแล้วได้โภคทรัพย์ รักษาศีลแล้วถึงความดับคือพระนิพพาน บางทีบางท่านอาจยังนึกสนุกอยู่ในโลก ไม่อยากไปจากโลก เขาก็ไม่พอใจที่จะรักษา เพราะฉะนั้น เราต้องมาสังเกตและมาศึกษาผลประโยชน์ของการรักษาศีล ๕ ในปัจจุบันนี้ให้มันเข้าใจเด่นชัด

ผลประโยชน์ของการรักษาศีล ๕ ที่เราจะพึงได้ในปัจจุบัน

๑. เป็นคุณธรรมประกันความปลอดภัยของสังคม ป้องกันไม่ให้มนุษย์เกิดมีการฆ่ากัน

๒. ตัดทอนผลเพิ่มของบาปกรรม

๓. บั่นทอนกำลังของกิเลสฝ่ายชั่วให้น้อยลงหรือหมดไป

๔. ปรับพื้นฐานความเป็นมนุษย์ให้สมบูรณ์

๕. เป็นขอบเขตของการใช้กิเลสให้เกิดประโยชน์โดยความเป็นธรรม

๖. เป็นคุณธรรมที่เป็นมูลฐานให้เกิดระบอบการปกครองแบบประชาธิปไตย เพราะว่าหัวใจของประชาธิปไตยอยู่ที่การเคารพสิทธิมนุษยชน ผู้มีศีล ๕ แล้วต้องเคารพต่อสิทธิการดำรงชีพอยู่ของผู้อื่น เคารพสิทธิในการครอบครองทรัพย์สมบัติ เคารพสิทธิในคู่ครองและบุคคลผู้ต้องห้าม และสิทธิอื่นๆ

เลี้ยงกิเลสไว้ดูเล่น

ขอย้ำในข้อที่ว่า ศีล ๕ เป็นขอบเขตของการใช้กิเลสให้เกิดประโยชน์โดยความเป็นธรรม เราไปฟังเทศน์พระคุณเจ้าทั้งหลายท่านจะบอกว่า โยม ละความโลภให้มันหมดไป อย่าให้มันเหลืออยู่มากนัก ละเสียให้มันเด็ดขาด ฟังแล้วเราก็อยากละแทบเป็นแทบตายเหมือนกัน แต่มันเป็นภาระจำยอม เพราะการละกิเลสมันไม่ใช่เหมือนอย่างที่ว่าร่างกายของเราเปื้อนขี้โคลนแล้วเราก็มาอาบน้ำฟอกสบู่ให้สะอาด อย่างนั้นมันเป็นไปไม่ได้ เพราะฉะนั้น **เมื่อเรายังละมันไม่ได้ ยังเป็นภาระจำยอม เลี้ยงมันไว้ดูเล่นดีไหม เอาไว้ให้มันคอยกระตุ้นเตือนใจของเรา ให้เกิดความทะเยอทะยานในความอยากได้ อยากดี อยากมี อยากเป็น**

ความปรารถนาของมนุษย์ในสังคมของโลกนี้ ไม่ว่าอดีต ปัจจุบัน และอนาคต มีอยู่เพียง ๕ อย่าง

๑. ลาภ ได้แก่ ผลประโยชน์

๒. ยศ ตำแหน่งหน้าที่การงาน

๓. สรรเสริญ ชื่อเสียงอันดีงาม

๔. ความสุข : สุขกาย สุขใจ

๕. อำนาจ

ห้าอย่างนี้ **ทุกคนมีสิทธิเสรีภาพในการแสวงหา แต่การแสวงหาก็ควรจะมีขอบเขต ขอบเขตก็คือศีล ๕ นั่นเอง ไม่ใช่อื่นไกล ขอให้พวกเราทั้งหลายพึงทำความเข้าใจกันอย่างนี้**

สันโดษไม่ใช่งอมืองอเท้า ขี้เกียจทำมาหากิน

เมื่อพระท่านสอนว่า ให้มักน้อย สันโดษ ให้ละความโลภ เราไปเชื่อพระอย่างไม่มีเหตุผล ไปบังคับจิตของตนเอง พอมันนึกอยากจะทำโน่นทำนี่เพื่อผลประโยชน์ โอ๊ย! มันผิด ความโลภ เราไม่ควรทำ อะไรทำนองนี้ อันนี้เป็นความเข้าใจผิดในคำสอนของพระพุทธองค์

จริงอยู่ พระพุทธองค์สอนให้เราละความโลภ แต่เมื่อยังละไม่ได้ เราควรจะทำอย่างไร ก็ทำอย่างที่ว่ามาแล้วนั่นเอง **พยายามใช้ความโลภให้มันมีขอบเขต เอาศีล ๕ มาตีเส้นขนานเอาไว้ แม้ว่าเราจะทะเยอทะยานมีความโลภเพียงใด แค่ไหน ถ้าเราไม่ทำผิดกฎหมายปกครองบ้านเมือง แล้วไม่ผิดศีล ๕ ข้อใดข้อหนึ่ง พระพุทธเจ้าไม่ได้ตำหนิเรานะ** อย่าไปเข้าใจผิด

เคยมีผู้กล่าวตู่พระพุทธเจ้ามานานแล้ว พระพุทธเจ้าสอนคนให้สันโดษ มักน้อย สอนคนให้งอมือ งอเท้า สอนคนให้ขี้เกียจอะไรทำนองนี้ เป็นเรื่องการเข้าใจผิดในคำสอนของพระพุทธเจ้าอย่างช่วยไม่ได้

คำว่า "สันโดษ" คือความพอใจในสิ่งที่เรามีอยู่ สิ่งที่มีอยู่อะไร สามี-ภรรยา ที่นี้สามี-ภรรยา แต่งงานกันโดยถูกต้องตามขนบประเพณีและกฎหมายปกครองบ้านเมือง ฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งไปคิดนอกอกนอกใจ นั่นมันผิดสันโดษแล้ว จึงมีโวหารนักเทศน์ที่ท่านเทศน์ผูกเป็นคำพูดว่า คนมีภรรยาคนเดียวไม่พอใจ ริมีสองมีเมียสองสมองแตก มีเมียสามม้ามแตก มีเมียสี่ดีแตก มีเมียห้าหน้าแตก มีถึงหกคนอกแตก มีเจ็ดคนเสร็จ ตายเลย นักเทศน์ท่านว่าไว้อย่างนี้ ลองเอาไปคิดพิจารณาดู **สิ่งใดที่เป็นสิทธิที่เราจะพึงทำได้โดยชอบธรรม คือไม่ผิดศีลธรรมและกฎหมายปกครองบ้านเมือง แม้จะเป็นไปด้วยความโลภ เมื่อไม่ผิดศีลธรรม พระพุทธเจ้าไม่ได้ตำหนิ**

พระพุทธเจ้าสอนให้ขยันหาทรัพย์

มีหลักฐานพยานที่จะพึงยืนยัน พระพุทธองค์สอนว่า ใครต้องการประโยชน์ในปัจจุบันซึ่งเรียกว่า *ทิฏฐธัมมิกัตถประโยชน์*

๑. *อุฏฐานสัมปทา* จงหมั่นขยันในการหาทรัพย์

๒. *อารักขสัมปทา* จงรู้จักรักษาทรัพย์สมบัติที่หามาได้

ขอเพิ่มอีกหน่อยหนึ่งว่า หาทรัพย์มาได้ ต้องหัดตระหนี่ให้มากๆ คนไม่ตระหนี่ไม่มีทางที่จะได้เป็นเศรษฐี ขณะที่เรายังไม่พร้อมเราจะต้องตระหนี่ เก็บหอมรอมริบให้มันเต็ม เต็มจนกระทั่งเราสบายใจไม่ต้องดิ้นรนกระเสือกกระสนอีกต่อไปแล้ว สิ่งที่เราทำอยู่มันเป็นหน้าที่ของมนุษย์ เป็นวิสัยของเศรษฐี เศรษฐีทำงาน

เพราะกลัวจน แต่คนจนทำงานเพราะอยากมี เศรษฐีทำบุญเพราะกลัวจน คนจนทำบุญเพราะอยากมี อันนี้มันเป็นคติ

บางคนไปกล่าวว่า ตาคนนี้รวยมหาศาลแล้วทำไมทำไม่หยุดสักที จะโลภไปถึงไหน อันนั้นไปเข้าใจผิด เศรษฐีทั้งหลายนี่เขากลัวอย่างเดียวคือความจนเท่านั้น เพราะฉะนั้นเขาทำงานหามรุ่งหามค่ำ ไม่รู้จักเหน็ดเหนื่อย ก็เพื่อรักษาทรัพย์สมบัติ เพราะกลัวจน

เพราะฉะนั้น เราจะหมั่นขยันในการแสวงหาทรัพย์สมบัติ หามาได้แล้วก็ต้องรู้จักรักษา

๓. *กัลยาณมิตตตา* สร้างความดีกับเพื่อนบ้าน เมื่อเรามั่งมีศรีสุข มีทรัพย์สมบัติพร้อมทุกสิ่งทุกอย่าง มีอำนาจวาสนา พยายามสร้างความดีกับเพื่อนบ้าน อย่าไปทำสิ่งที่ทำให้เขาเกลียดขี้หน้ามันอยู่ยาก

ในประวัติศาสตร์ของเมืองไทยเรายังมี บางท่านที่ถือตัวว่าเป็นผู้มีอิทธิพล มีอำนาจ ฆ่าคนไม่ติดคุก ลงผลสุดท้าย คนอื่นฆ่าเขาไม่ได้ ลูกเขาฆ่าพ่อเขาเอง อันนี้คือผลของกรรม

เพราะฉะนั้น กัลยาณมิตตตา ท่านว่าคบเพื่อนอันดีงาม แต่อาตมะขอเปลี่ยนว่า สร้างความดีกับเพื่อนบ้าน ให้เพื่อนบ้านเขารักเคารพบูชา จะได้เป็นกำลังช่วยรักษาชีวิตและทรัพย์สมบัติของเราให้คงอยู่

๔. *สมชีวิตา* ข้อสุดท้าย เลี้ยงตนเองและครอบครัวให้มีความสุขสบายตามสมควรแก่ฐานะ

อันนี้เป็นหลักของท่าน

ผู้ที่หมดกิเลสยิ่งขยัน

คนที่ละกิเลสได้โดยเด็ดขาด หมดทุกสิ่งทุกอย่าง ไม่ใช่คนจะมานั่งอยู่เฉยๆ สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าท่านสำเร็จเป็นพระพุทธเจ้าแล้ว ท่านยังเดินจงกรม นั่งสมาธิภาวนา

ปุพพกิจของพระพุทธเจ้า ตื่นเช้าบิณฑบาต ตอนบ่ายเทศน์ให้โยมฟัง ตอนหัวค่ำเทศน์สอนพระภิกษุสงฆ์ ตอนกลางคืนแก้ปัญหาเทวดา จวนสว่างพิจารณาหาสัตว์ที่จะพึงไปโปรดในวันรุ่งขึ้น อันนี้คือกิจวัตรประจำวันของพระพุทธเจ้า

พระพุทธเจ้างอมืองอเท้าอยู่หรือเปล่า เพราะฉะนั้น เราอย่าไปเข้าใจผิดคำสอนของพระพุทธองค์

คนที่หมดกิเลส โลภ โกรธ หลง จะต้องเป็นคนแกล้วกล้าอาจหาญ เป็นคนขยันหมั่นเพียร เพราะท่านรู้ว่าชีวิตของท่านเป็นประโยชน์ต่อสังคมโลก ท่านจะทำทุกสิ่งทุกอย่างเพื่อโลก และสอนให้ทุกคนดำรงอยู่ในศีลในธรรม

อันนี้เป็นผลประโยชน์ที่เราจะพึงพิจารณาให้มันรู้แจ้งเห็นชัดในการรักษาศีล ๕ อย่าไปมัวคิดว่ารักษาศีล ๕ แล้วต้องไปสวรรค์ไปนิพพาน อะไรทำนองนั้น

สีเลนะ สุคติง ยันติ เราควรจะทำความเข้าใจอย่างนี้ *สุคติง* *สุ* แปลว่า ดี *คติ* แปลว่า ทางดำเนิน *ยันติ* แปลว่า ไป ผู้มีศีลแล้วมีการดำเนินชีวิตอย่างสวยงาม มีศีลธรรมและกฎหมายปกครองบ้านเมืองเป็นเครื่องประคับประคองให้เขาเดินอยู่ในทาง

สายกลาง ไม่ได้ทำให้ตัวเองต้องเดือดร้อน คนอื่นก็ไม่เดือดร้อนเพราะการกระทำของเขา

สีเลนะ โภคสัมปทา โภคทรัพย์สมบัติของมวลชนทั้งหลายย่อมไม่สูญเสียเพราะบุคคลผู้มีศีล

สีเลนะ นิพพุติง ยันติ ผู้มีศีลแล้วมันดับภัยดับเวร เพราะผู้มีศีลไม่ได้ไปก่อกรรมทำเข็ญให้ใครเดือดร้อน แล้วใครจะมาประทุษร้ายเขา เขาจะไปนอนในป่าก็สบาย ในบ้านก็สบาย ไม่ต้องหวาดระแวงภัย ไม่ต้องมีมือปืนคอยคุ้มกัน เพราะอำนาจของศีลจะปกปักรักษาเขาให้พ้นเวรพ้นภัย

บทสรุปสำหรับชาวพุทธ

คำสอนของพระพุทธเจ้า พระองค์ทดสอบ ทดลองมาด้วยตนเอง เห็นผลมาแล้วจึงนำมาสอนเรา ในเมื่อพระองค์รู้แจ้งเห็นชัดแล้ว ทำอย่างไรมนุษย์ทั้งหลายจึงจะไม่ทำบาปทำกรรม พระองค์ก็มารับเอาศีล ๕ ซึ่งเป็นมนุษยธรรมประจำโลก

พระองค์ก็มาพิจารณาดูว่า *สัพพปาปัสสะ อกรณัง* การไม่ทำบาปทั้งปวง เราจะอาศัยอะไรเป็นหลัก พระองค์ก็มาพิจารณาถึงศีล ๕ ไม่ทำบาปทั้งปวงคือรักษาศีล ๕ เท่านั้น

กุสลัสสูปสัมปทา การยังกุศลให้ถึงพร้อม ในเมื่อเรามีศีล ๕ แล้ว เราก็บำเพ็ญกุศลให้ถึงพร้อม สมาธิสร้างจิตใจให้มีความมั่นคงต่อการรักษาศีลให้บริสุทธิ์ ในเมื่อศีลบริสุทธิ์ กายสงบ วาจาสงบ เป็นเหตุเป็นปัจจัยให้ใจสงบ

สจิตตปริโยทปนัง ทำจิตใจให้บริสุทธิ์ผ่องใส เมื่อใจสงบไม่เดือดร้อน ใจก็ผ่องใส ก็มองเห็นบาปบุญคุณโทษ ประโยชน์และไม่ใช่ประโยชน์ เมื่อรู้แล้ว ใครจะแก้ไขปัญหาจิตใจของตัวเองให้มีแนวโน้มไปทางไหน ก็อาศัยศีล ๕ เป็นหลัก

เพราะฉะนั้น คำสอนของพระพุทธองค์จึงเป็นเรื่องส่วนตัวของพระองค์โดยแท้ **ในฐานะที่เราเป็นลูกศิษย์ของพระองค์ ถ้าท่านว่าอย่างไรรับฟังเอาไว้ก่อน แล้วปฏิบัติตาม ทดสอบให้รู้ได้ด้วยตนเอง**

สร้าง ภูมิคุ้มกันใจ ให้รู้เท่าทัน

"สิ่งใดที่เรารู้เท่าทัน
สิ่งนั้นไม่สามารถที่จะดึงใจของเราไปทรมาน
ให้เกิดทุกข์ขึ้นได้"

ความแตกต่างในความเหมือน

ก่อนจะมา ดิฉันก็เหมือนคนอื่นทั่วไปที่ลงชื่อมาที่นี่เพราะหน้าที่ มาให้จบ จะได้แล้วไป เพราะวัดไหนๆ ก็คงสอนเหมือนๆ กัน คือให้มีสติในการทำงาน ให้เป็นคนดี ที่นี่ก็เช่นกัน **แตกต่างกันตรงที่ความน่าเชื่อถือน่าศรัทธาที่แท้จริง ที่วิทยากรได้ชี้แจงให้แจ้งกระจ่างกว่าทุกครั้ง ทุกที่ ซึ่งมันคือความจริง เป็นความเชื่อที่ไม่ได้กล่าวอ้างลอยๆ** แต่วิทยากรสามารถนำพาดิฉันให้ทราบในบทพิสูจน์ได้อย่างน่าสนใจ ดิฉันรู้สึกดีและเชื่อในความดีขึ้นอีกมาก

คุณครูพนิดา คำเนตร
ครูเทศบาลเมืองชลบุรี

เฮ้ย! มันไม่เหมือนกันอย่างที่คิด

จากที่ข้าพเจ้าเคยมีความคิดว่าวัดไหนๆ ก็เหมือนกันนั้น แต่พอได้มาสัมผัสแล้ว เฮ้ย! มันไม่เหมือนกันอย่างที่คิดนะ **วัดนี้ปฏิบัติจริง ชัด และเข้าใจง่าย** เมื่อก่อนข้าพเจ้าไม่เคยนั่งสมาธิได้เกิน ๑๐ นาที แต่พอมาวัดวะภูแก้ว ข้าพเจ้านั่งได้เป็นชั่วโมง และได้ข้อคิดที่อาจารย์แนะให้ไปใช้กับนักเรียน **ข้าพเจ้าจะต้องปรับเปลี่ยนตัวเองเพื่อเด็กของเรา เราเอาตัวเองเป็นที่ตั้ง ไม่ฟังเหตุและผลของเด็กเลย มันสะท้อนตัวเราหลายๆ อย่าง จึงทำให้ข้าพเจ้าคิดได้และจะนำไปสอนเด็กให้เป็นคนดีให้ได้** ถ้ามีโอกาส ข้าพเจ้าจะนำคำสอนที่ได้รับไปถ่ายทอดให้นักเรียนและเพื่อนครูฟังและจะกลับมาปฏิบัติธรรมอีกค่ะ

ครูเทศบาลเมืองชลบุรี

วิถีบุญในวิชาชีพ

ขออนุโมทนากับท่าน ดร. ดาราวรรณ เด่นอุดม และคณะวิทยากร ที่ได้มีความพยายามอย่างสูงยิ่งที่จะ**นำแก่นธรรม ที่ท่านเปรียบเสมือนยาขม ที่มองดูพบเห็นหาง่าย มีอยู่ทั่วไป ไม่สวยงาม รสชาติขมขื่นมาก ทว่าประโยชน์นั้นมหันต์ เกินค่าราคาจริง** น้อมนำพุทธธรรมที่องค์พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงค้นพบมาเรียบเรียงนำเสนอ เปรียบเทียบกับวิทยาศาสตร์ด้วยเหตุและผลที่พิสูจน์ได้ พระอริยสงฆ์ท่านปฏิบัติได้และเป็นไปได้ แล้วถ่ายทอดสู่คนรุ่นใหม่ โดยเฉพาะ **แพทย์ พยาบาล ครู และล่าสุดคือนักการเมืองทั้งท้องถิ่นและส่วนกลาง ซึ่งคือกลุ่มที่บำเพ็ญบุญได้ทุกเวลาที่ทำงานด้วยความซื่อสัตย์และตั้งใจ และสามารถทำได้มาก ไม่มีข้อจำกัด สร้างความเมตตากรุณาได้อย่างต่อเนื่อง** ขณะเดียวกันก็ยังชี้ให้เห็นว่า **ถ้าไม่ซื่อสัตย์ในวิชาชีพของตนเอง ก็สามารถเปลี่ยนวิถีแห่งบุญให้เป็นบาปหนาติดตามตัวทั้งในชาตินี้และชาติหน้า** สาธุ ขออนุโมทนา

คุณครูปรีชา เดชะไชย
สพป. ปราจีนบุรี เขต ๑

สังคมนี้ต้องการสถานที่แบบนี้

ข้าพเจ้าได้มีโอกาสฝึกสมาธิตอนนำเด็กไปเข้าค่ายธรรมะ เมื่อเด็กนักเรียนเข้าอบรม ก็ได้เข้าร่วมฟัง ร่วมปฏิบัติธรรมด้วย แต่ไม่เต็มที่นัก จึงได้รับประสบการณ์และความรู้ไม่สมบูรณ์ รู้สึก

ว่าธรรมะที่สถานที่ต่างๆ สอนนั้นไม่ค่อยละเอียด เป็นธรรมะที่ห่างไกลตัวเด็ก แต่ที่นี่ วัดวะภูแก้ว **ธรรมะที่วิทยากรสอนเป็นธรรมะที่สามารถนำไปใช้ในชีวิตประจำวันได้** มีสอนเรื่องกฎแห่งกรรม สอนเรื่องการเวียนว่ายตายเกิด สอนให้เชื่อกฎแห่งความจริง ทำดีย่อมได้ดี ทำชั่วย่อมได้ชั่ว สอนเรื่องการทำสมาธิ ปกติข้าพเจ้ามักจะทำสมาธิก่อนนอน เคยเกิดสภาวจิตตามที่วิทยากรเล่าให้ฟัง แต่เวลานั้นไม่เข้าใจว่าอาการเหล่านั้นคืออะไร ก็ทำไปโดยที่ไม่รู้อะไร แต่พอมา ณ ที่นี้จึงได้เข้าใจว่าอาการเหล่านั้นคืออะไร

รู้สึกประทับใจ หากมีสถานที่ขัดเกลาอุปนิสัย อุปกิเลสเหล่านี้มากๆ ก็จะดี จะได้ช่วยยกระดับจิตใจของคนในสังคมได้มากๆ เพราะปัจจุบันสังคมเปลี่ยนไป จิตใจของผู้คนก็เปลี่ยนไป หากมีสถานที่แบบนี้ก็จะสามารถช่วยเหลือผู้คนให้สามารถดำรงชีวิตอยู่ในความถูกต้องได้ ข้าพเจ้าก็อยากที่จะเป็นส่วนหนึ่งที่จะช่วยให้โลกให้สังคมน่าอยู่มากขึ้น และจะดำรงตนอยู่ในศีลในธรรมให้มากขึ้นเพื่อเป็นแบบอย่างที่ดีต่อไป

คุณครูเบญจมาพร วิริยะเจริญโรจน์
โรงเรียนวัดกำแพง (อุดมพิทยากร) จ.ชลบุรี

รู้สึกดีกับที่นี่

เริ่มแรกที่ทราบว่าจะได้มาเข้าค่ายอบรมธรรมะ ผมรู้สึกไม่ค่อยดี (ตอนนั้นยังไม่รู้ว่าที่ไหน) เพราะผมเคยมีประสบการณ์การเข้าค่ายอบรมธรรมะในอีกที่หนึ่ง ที่สอนให้เพ่งดวงแก้ว บริจาคเงิน

มากๆ เพื่อจะได้บุญเยอะๆ มีพิธีแปลกๆ ไม่มีเดินจงกรม ไม่ค่อยเน้นปฏิบัติธรรม **แต่พอผมได้มาอบรมที่วัดวะภูแก้ว ได้ความรู้สึกดีๆ เกี่ยวกับการอบรมและการนั่งสมาธิ ทำให้ผมเข้าใจในเรื่องธรรมะดีขึ้นมากๆ** มีการเดินจงกรม ฟังเทศน์ ปฏิบัติธรรม ทำวัตรเช้า-เย็น รวมถึงการระลึกถึงบุญคุณพ่อแม่ ครู-อาจารย์ ผมได้ย้อนคิดทบทวนเรื่องต่างๆ ในชีวิต กว่าจะมีวันนี้ผมได้ทำอะไรไม่ดีไว้บ้าง เคยทำให้พ่อแม่เสียใจ พอขอเงิน แม่ก็หายืมเขามาให้ ไม่เคยบ่น มีแต่ให้กำลังใจ อยากให้เรียน แต่ผมก็เอาเงินไปกินเหล้า เลี้ยงเพื่อน พ่อแม่ประหยัดเพื่อเรา ให้เรากินแต่ของดีๆ แต่ท่านเอากับข้าวเก่ามาอุ่นกิน กลับไปนี้ผมจะตั้งตัวใหม่ จะไม่ทำตัวแบบเดิมอีก และจะตั้งใจทำตัวให้พ่อแม่ภูมิใจและมีความสุขเพื่อตอบแทนพระคุณของท่าน ผมสัญญาครับ

สมาธิจะทำให้เรามีสติ มีหลักการคิดและระลึกถึงสิ่งที่ผ่านมา รู้ว่าอะไรควรทำ อะไรไม่ควรทำ ทำให้เราเป็นคนดีขึ้น ดีจริงๆ ด้วย

คุณครูกานต์ เลิศไกร

โรงเรียนคูเมืองวิทยาคม อ.คูเมือง จ.บุรีรัมย์

ไม่เห็นน่าเบื่อเลย

เป็นครั้งแรกที่ข้าพเจ้าได้ปฏิบัติธรรมนานที่สุดในชีวิต ก่อนที่ข้าพเจ้าจะได้มาที่นี่ ข้าพเจ้ารู้สึกไม่ชอบการนั่งสมาธิหรือการเข้าค่ายธรรมะ ในความคิดรู้สึกมันน่าเบื่อ เราต้องนั่งสมาธิ เดินจงกรม ตื่นแต่เช้าเพื่อมาสวดมนต์

ข้าพเจ้าและเพื่อนครูอีก ๔ ท่านได้เดินทางมาที่วัดวะภูแก้วก่อนเข้าอบรม ๑ วัน เพราะทุกคนไม่เคยมาที่นี่เลย เมื่อมาถึง เห็นนักเรียนและเด็กตัวเล็กๆ กำลังรับการอบรมอยู่ เด็กๆ ดูยิ้มแย้มแจ่มใส **ข้าพเจ้าจึงสงสัยที่เด็กๆ ยิ้มแย้มแจ่มใส หน้าตาดูมีความสุขในการอบรม** จึงได้เดินไปถามเด็กคนหนึ่งที่นั่งรอเพื่อนว่า อบรมธรรมะเป็นอย่างไรบ้างคะ เด็กคนนั้นยิ้มและตอบข้าพเจ้าว่า สนุกและมีความสุขมากค่ะ ข้าพเจ้านึกแย้งในใจว่าจะสนุกได้อย่างไร เรามานั่งสมาธิ ไม่ได้มาเที่ยว

วันแรกของการเข้าอบรม ข้าพเจ้าก็ยังไม่มีความรู้สึกว่าอยากอบรมในครั้งนี้ คิดว่าทำไมถึงจัดให้อบรมนานขนาดนี้ เมื่อถึงเวลาเข้าอบรมข้าพเจ้ารู้สึกเป็นทุกข์ **แต่เมื่อได้รับการอบรมจริงๆ ข้าพเจ้ารู้สึกว่ามันไม่ใช่เรื่องน่าเบื่อ เราไม่เคยได้รับรู้เรื่องราวที่ท่านอาจารย์ได้เล่าให้ฟัง และเมื่อคิดตาม เมื่อได้นั่งสมาธิและเดินจงกรม รู้สึกว่าจิตใจเราสงบขึ้น อยากนั่งอยู่อย่างนี้นานๆ และอยากอยู่ต่ออีกสักหลายๆ วัน**

คุณครูศิริรัตน์ อนันต์

โรงเรียนตาจงพิทยาสรรค์ อ.ละหานทราย จ.บุรีรัมย์

ฉันเกลียดเหล้า ไม่ได้เกลียดพ่อ

พอมาวัดได้ ๒ วัน ฉันอยากกลับบ้านมาก เห็นเขาบอกกันว่าวันที่ ๓ จะไม่อยากกลับ แต่ความคิดฉันยังเหมือนเดิม และอีกความคิดหนึ่งคือ การนั่งสมาธิตลอดระยะเวลา ๓ วัน ฉันนั่งอย่างไรก็นั่งไม่ได้ เพราะปวดขามาก แต่พอกลางคืนวันที่ ๓ กลับนั่งได้เฉยเลย

มีความรู้สึกชานะ แต่น้อยมาก การกินยาขมที่ครูบอก ที่ฉันเคยคิดว่ากินไม่ได้ แต่การจดจ่ออยู่กับเสียง ท่องคำบริกรรมถี่ๆ มันได้ผลนับแต่วันที่ฉันมีอาการปวดท้องแต่ไม่อยากกินยา พอนั่งสมาธิแล้วมันหาย มันได้ผล **อะไรหลายสิ่งหลายอย่างที่ฉันเคยคิดว่าทำไม่ได้ พอฉันแค่ขึ้นต้นด้วยคำว่า "ลอง" แล้วตามด้วยคำว่า "อดทน" ผลที่ได้คือมีความเชื่อมั่นว่าตนเองสามารถทำได้**

อีกหนึ่งเรื่องที่ฉันคิดว่าฉันไม่น่าจะเปลี่ยนได้คือความเข้าใจผิดเกี่ยวกับพ่อของตัวเอง เมื่อก่อนพ่อเป็นคนดี ขยันทำงาน (แม่บอกมา) ตอนที่พ่อไปทำงานที่ภูเก็ต พ่อติดเหล้ามาก พอกลับมาบ้านก็กินมากกว่าเดิม พ่อเคยทะเลาะกับแม่ ทุบตีฉัน ตีพี่ของฉันจนพี่ต้องยกมือไหว้ **แม่บอกเสมอว่าเหล้าทำให้คนเปลี่ยนไปได้ จงอย่าไปยุ่งกับมัน** ฉันจึงเกลียดพ่อมาก แต่พอมาถึงวัดวะภูแก้ว คุณครูได้พูดถึงพระคุณพ่อแม่ มันทำให้ฉันนึกถึงสาเหตุของปัญหา นั่นคือเหล้า **ใช่แล้ว ถ้าพ่อไม่กินเหล้าพ่อคงไม่เป็นแบบนี้ เมื่อคิดย้อนดูฉันควรจะเกลียดเหล้ามากกว่า** ฉันอยากจะขอโทษที่เคยคิดแบบนี้กับพ่อ แต่ตอนนี้พ่ออยู่ที่ต่างจังหวัด ฉันจึงใช้โอกาสในการนั่งสมาธินี่แหละทำบุญให้พ่อให้แม่ พ่อจะได้ไม่ตกนรก แต่กรรมใครก็กรรมมัน ฉันขอช่วยแบ่งเบากรรมของพ่อได้สักนิดก็ยังดี ตอนที่นั่งสมาธิครูบอกว่าให้คิดว่าพ่อกับแม่มานั่งอยู่ตรงหน้า ในใจของฉันเห็นพ่อกับแม่ยิ้มให้ ฉันน้ำตาไหลเพราะเห็นรอยยิ้มของพ่อ สุดท้ายนี้ ฉันขอให้พ่อและแม่มีความสุข ถ้าเป็นไปได้ขอให้พ่อเลิกกินเหล้าแล้วกลับมาอยู่ด้วยกัน

นีรนุช เพียรเพ็ชร

ม. ๔/๒ โรงเรียนครบุรี อำเภอครบุรี จังหวัดนครราชสีมา

เพราะค่ายนี้จึงมีรอยยิ้มของพ่อแม่

หนูเป็นลูกชาวไร่ชาวนา ไม่ได้มีเงินทองมากนัก ตอนหนูอยู่ ป. ๕ ช่วงนั้นพ่อติดเหล้าอย่างหนัก ทะเลาะกับแม่ทุกวัน ตอนไปโรงเรียน เพื่อนมักจะล้อว่าเป็นลูกขี้เมา จนได้ฉายาว่า "แก้วสุรา" มีอยู่ช่วงหนึ่งที่พอพ่อกลับมาจากกินเหล้าก็ทะเลาะกับแม่อย่างหนักจนถึงขั้นจะหย่าร้างกัน หนูกับพี่ได้แต่นั่งร้องไห้ แต่สุดท้ายพ่อก็ยอมเลิกกินเหล้าเพื่ออนาคตของพี่กับหนู ครอบครัวหนูก็เริ่มมีความสุขมากขึ้น เพื่อนก็หยุดล้อ

แต่พอหนูขึ้น ม. ๒ หนูเริ่มติดเพื่อน เริ่มมีแฟน กลับบ้านช้าตลอด แม่พูดอะไรก็ไม่ฟัง แถมตวาดใส่แม่ทุกครั้ง ทำให้แม่เครียดหนักมากในช่วงนั้น แต่พอดีคุณครูที่โรงเรียนได้จัดเข้าค่ายอบรมพัฒนาจิต หนูก็ได้มาค่ายวะภูแก้วตอน ม. ๒ หนูได้อะไรหลายๆ อย่างกลับไป หนูได้รู้ว่าพ่อกับแม่เหนื่อยยากลำบากขนาดไหนในการหาเงินส่งหนูเรียน หนูได้รู้ว่ากว่าแม่จะคลอดหนูออกมาต้องเจ็บปวดต้องเสียเลือดไปมากขนาดไหน การอบรมครั้งนั้นทำให้หนูเปลี่ยนจากเด็กดื้อกลายเป็นเด็กที่ช่วยพ่อแม่ทำงานบ้าน ตื่นแต่เช้ามาช่วยทำงานทุกเสาร์ หนูเริ่มเห็นรอยยิ้มของพ่อกับแม่ที่ยิ้มอย่างมีความสุข ทำให้หนูรู้สึกมีความสุขอย่างบอกไม่ถูก แล้วต่อมาหนูก็ตั้งใจเรียนจนจบ ม. ๓ ซึ่งเป็นวันที่หนูมีความสุขที่สุด แล้ว ม. ๔ หนูก็ได้กลับมาที่วัดวะภูแก้วอีกครั้ง ครั้งนี้หนูมุ่งหวังตั้งใจทำสมาธิสร้างกรรมดี เพราะใกล้จะถึงวันเกิดพ่อ จึงอยากจะทำความดีเพื่อเป็น

ของขวัญให้พ่อ วันสุดท้ายของการเข้าค่าย ดร. ดาราวรรณได้เปิดธรรมะให้ฟังแล้วให้นั่งสมาธิ หนูร้องไห้ออกมาด้วยความปลื้มปีติและดีใจมากที่จะได้กลับไปกอดพ่อกับแม่

เกศสุดา ภู่นอก

ม.๔/๙ โรงเรียนสีคิ้ว "สวัสดิ์ผดุงวิทยา" อำเภอสีคิ้ว จังหวัดนครราชสีมา

เมื่อภาพเก่าๆ ย้อนเข้ามาในจิต

ข้าพเจ้าก็เป็นมนุษย์อีกคนที่มักจะผัดวันประกันพรุ่งไปเรื่อยๆ และวาดฝันเรื่องราวในอนาคตไว้เสียงดงามและสวยหรู จนมาวันหนึ่งก็ถึงเวลาที่ข้าพเจ้าจะต้องเข้าศึกษาต่อในระดับมัธยมต้น...

ข้าพเจ้าเชื่อว่าหลายๆ คน เมื่ออยู่ประถมทำอะไรดีนิดหน่อยก็เป็นเรื่องราวที่ดีไปหมด แต่เมื่อขึ้นมัธยมเท่านั้นแหละ จากหน้ามือเป็นหลังเท้าไปเลย ข้าพเจ้าติดมือถือ ติดโซเชียล จนไม่เป็นอันทำอะไร เล่นเช้าเล่นเย็น พ่อแม่ก็ดุ ทะเลาะกันบ้านแทบแตก สถานการณ์แย่ลงทุกวัน จนกระทั่งวันสุดท้ายของการศึกษาในระดับมัธยมต้น "ข้าพเจ้าเรียนไม่จบ" เมื่อได้ดูเกรดตัวเอง มันเป็นความรู้สึกที่แย่มากๆ รู้สึกว่าตัวเองทำตัวเหลวแหลก เข้าใจความรู้สึกที่ว่าโลกหมุนรอบตัวเราอยู่คนเดียว มองไปทางไหนก็ไม่มีใครยืนอยู่ข้างๆ เพื่อนที่คิดว่าจะอยู่กับเราไปจนวันสุดท้ายก็หายไปทีละคน ทุกคนมีอนาคตที่ดี ในขณะที่ข้าพเจ้ายังหาทางออกไม่เจอ

ข้าพเจ้าจำวันนั้นได้ดี ข้าพเจ้าเดินน้ำตาไหลกลับบ้าน เห็นพ่อกับแม่ทำงานอยู่ไกลๆ สมเพชตัวเอง พ่อแม่ใช้น้ำพักน้ำแรง

มากมายกว่าจะได้เงินมาแต่ละบาท เสียเงินมากไปเท่าไรกับเรา แม่หันมาเจอเรายืนร้องไห้อยู่ แม่รีบวิ่งมากอดบอกว่า "ไม่เป็นไรนะลูก ไหน ใครทำอะไรลูกแม่ แม่จะไปจัดการให้" ข้าพเจ้าไม่ได้ตอบ ร้องไห้อย่างเดียว ไม่รู้ว่าอยู่ตรงนั้นนานแค่ไหน ไม่รู้ว่าความโหดร้ายย้อนมาหาตัวเองมากเท่าไร ไม่รู้ว่าตัวเองได้ทำลายความฝันของตัวเองไปขนาดไหน แต่ผู้หญิงและผู้ชายที่ยืนข้างๆ ยังคงจับมือเราไว้แน่น พร้อมกับคำปลอบใจมากมายให้เราได้สบายใจ ทั้งๆ ที่ตัวเขาเองก็คงไปแอบร้องไห้เวลาอยู่คนเดียว

เวลา ๑ เดือน ยาวนานราว ๑ ปี ไม่นึกว่าข้าพเจ้าจะมายืนจุดๆ นี้ได้อีกครั้งในฐานะนักเรียน เพียงวันแรกที่ได้รับการอนุมัติจบ ข้าพเจ้าก็ต้องมาปฏิบัติธรรมเลย ขึ้นชื่อว่าปฏิบัติธรรม แค่คิดก็อยากจะวิ่งกลับบ้านแล้ว วันแรกมาถึงก็ได้สวดมนต์ นั่งสมาธิตามที่คาด น่าเบื่อ เมื่อยขากระดูกแทบหัก เข้าวันที่สองทุกอย่างเริ่มลงตัว เมื่อจับทางได้ เมื่อจิตข้าพเจ้าเริ่มนิ่ง ภาพต่างๆ ในวันวานก็ย้อนทะลักเข้ามาในหัวราวกับเขื่อนแตก ภาพเด็กผู้หญิงเดินเข้าโรงเรียนกับใครอีกคน ภาพผู้หญิงวัยกลางคนป้อนข้าวเด็กหญิงยากจน ไล่มาถึงภาพเด็กผู้หญิงที่โตขึ้นกำลังเถียงกับหญิงวัยที่สูงขึ้น ข้าพเจ้าน้ำตาไหล "เรามันบาป" หากย้อนเวลาได้จะไม่ทำแบบนั้นอีก ผู้หญิงที่ชื่อว่า "แม่" คนที่ให้อภัยเราเสมอไม่ว่าเราจะผิดแค่ไหน

พิมพ์ชนก มั่งมี

ม. ๔/๑ โรงเรียนสีคิ้ว "สวัสดิ์ผดุงวิทยา" อำเภอสีคิ้ว จังหวัดนครราชสีมา

ตามรอยพระพุทธเจ้าแล้วมีความสุข

ค่ายนี้เป็นค่ายที่หนูตั้งใจมาตั้งแต่แรก เพราะหนูอยากลองมาปฏิบัติธรรมดู เคยคิดจะมาหลายครั้งแต่ก็ไม่มีโอกาส พอดีเป็นเวลาเหมาะใกล้ช่วงสอบเข้ามหาวิทยาลัย หนูจึงตัดสินใจมาค่ายนี้ เผื่อว่าจิตใจจะได้เย็นและสงบลงบ้าง หนูเคยลองนั่งสมาธิหลายครั้ง แต่ก็ทำได้ไม่เคยนานเกิน ๕ นาที มันจะรู้สึกเมื่อยและปวดหลังตลอดเวลา จนมาที่นี่ **หนูอยากลองเอาชนะใจตัวเอง ทุกครั้งที่หนูคิดว่าหนูทำได้ หนูก็ทำได้จริงๆ** เวลานั่งสมาธิ หนูชอบเวลาที่ตัวเราโยกเหมือนเราตกจากที่สูง แล้วก็มีแสงขาว ซึ่งดูแล้วมีความสุข ดูแล้วสบายใจ หนูจะแผ่บุญให้พ่อแม่พี่น้องปู่ย่าตายาย หนูไม่รู้ว่าเขาจะได้รับหรือเปล่า แต่ตัวหนูเองรู้สึกสบายใจอย่างมาก

แต่ก่อนหนูไม่เห็นความสำคัญของพระพุทธศาสนา เวลาสวดมนต์ที่โรงเรียน หนูก็สวดแบบไม่มีสติ เวลาทำบุญ อธิษฐานจิต หนูก็ไม่รู้ว่าต้องพูดว่าอะไร จนมาค่ายนี้ หนูรู้สึกว่าบทสวดมนต์มีท่วงทำนองที่ไพเราะน่าฟัง ทำให้หนูมีสติจดจ่ออยู่กับมัน เวลาฟังบรรยายจากดอกเตอร์ หนูรู้สึกว่าครูเขาเป็นคนพูดแล้วน่าสนใจ หนูไม่รู้สึกเบื่อ ได้คิดตามและเพลินเวลาฟังครูเล่าเรื่องนานๆ หนูเคยสงสัยหลายอย่างเกี่ยวกับการตรัสรู้ของพระพุทธเจ้า รวมถึงเหตุการณ์เหลือเชื่อต่างๆ หนูไม่รู้ว่ามันคือความจริงหรือไม่ แต่มาวันนี้หนูเลิกที่จะตั้งคำถาม แต่คิดเพียงแค่ว่า ไม่ว่าจะจริงหรือไม่ **เมื่อเราปฏิบัติตามคำสอนของพระพุทธเจ้าแล้ว เราสบายใจ รู้สึกมีความสุข** หนูรู้สึกว่าค่ายนี้ไม่ใช่ความบังเอิญที่ทุกคนได้มาเจอกัน

เราต่างมีความผูกพันกับสถานที่แห่งนี้ **หนูรู้สึกดีใจมากที่ตัดสินใจมาค่ายนี้ และพร้อมที่จะกลับไปสู้กับการเตรียมตัวสอบเข้ามหาวิทยาลัย วันไหนที่หนูรู้สึกไม่มีสมาธิ จิตใจว้าวุ่น หนูจะนำวิธีการทำสมาธิที่ครูสอนมาใช้**

ณัฐสุรีย์ บรรเจิดศิลป์
ม. ๖/๑ โรงเรียนเฉลิมขวัญสตรี อำเภอเมือง จังหวัดพิษณุโลก

พุทธศาสนาตอบได้ทุกคำถาม

หนูเคยสงสัยว่าหนูเกิดมาทำไม ทำอะไรก็เหมือนผิดไปหมด ไม่มีความสุขเลย ชีวิตหนูผ่านมาหลายเรื่องหลายอย่างกว่าจะคิดได้ มีอยู่ช่วงหนึ่งที่ความทุกข์ในชีวิตของหนูมาถึงที่สุดจนไม่อยากมีชีวิตอยู่ ได้แต่ถามตัวเอง คิดอยู่คนเดียว ปรึกษาใครก็ไม่ได้ทั้งที่มีครอบครัว เวลาหนูถามอะไร ไม่ค่อยมีใครอยากตอบ หนูจึงคิดว่าไม่ถามจะดีกว่า ถ้าถามแล้วไม่ได้คำตอบคงจะเสียความรู้สึกมากกว่าเดิมอีก แต่ก็มีสิ่งดลใจให้หนูรู้จักธรรมะ พอได้อ่านพุทธศาสนสุภาษิตต่างๆ ก็รู้สึกดีขึ้น มีกำลังใจ แล้วหนูก็รู้สึกชอบพระพุทธศาสนา เพราะคำสอนต่างๆ ทำให้หนูรู้ว่าชีวิตเกิดมาทำไม แล้วควรทำอะไรให้กับชีวิตตัวเอง จากที่เคยมีความทุกข์มากสุดๆ ก็ได้เข้าใจว่า “ความทุกข์เหล่านั้นล้วนเกิดจากจิตใจของตัวเอง” หลังจากเข้าใจแล้ว ชีวิตของหนูก็รู้จักอุเบกขา (วางใจเป็นกลาง) ความทุกข์ที่เคยเกิดหรือจะเกิดอีกหนูก็พร้อมจะยอมรับเสมอ ยิ่งได้มาที่วัดวะภูแก้ว หนูก็ยิ่งได้ฝึกความอดทนของจิตใจตนเองมากขึ้น **พระพุทธศาสนาทำให้คนเป็นคนได้จริงๆ เพียงเปลี่ยนความคิด ชีวิตของเราก็เปลี่ยนไป ไม่มี**

ใครจะเข้าใจเราได้ดีที่สุดเท่าตัวเราเอง (ไม่จำเป็นต้องเอาชนะใคร ชนะใจตัวเองให้ได้ดีที่สุดแล้ว)

บุษราภรณ์ ใจเย็น

ม. ๔/๓ โรงเรียนขามสะแกแสง อำเภอขามสะแกแสง จังหวัดนครราชสีมา

ได้ความรักในครอบครัวคืนมา

ตอนที่ได้รับใบอนุญาตให้ไปค่าย หนูรู้สึกเบื่อและเซ็งมาก ขึ้นชื่อว่าวัด ปฏิบัติธรรม นั่งสมาธิ หนูเชื่อว่าวัยรุ่นทุกคนคงไม่ชอบเท่าไร และนอกจากเรื่องวัดแล้ว การทำความรู้จักกับเพื่อนใหม่ๆ เป็นอะไรที่หนูไม่ชอบมากๆ **แต่พอได้มาสัมผัสที่นี่ ได้เรียนรู้ กลับทำให้หนูชอบธรรมะมากขึ้น ก่อนจะมาที่นี่ หนูมีความคิดว่าจะเปลี่ยนศาสนาเป็นศาสนาคริสต์หรือไม่ก็ไม่มีศาสนาไปเลย เพราะความเสื่อมโทรมของศาสนาในปัจจุบัน แต่พอได้มาที่นี่หนูเปลี่ยนความคิดจากหน้ามือเป็นหลังมือ** ที่นี่สอนอะไรหลายๆ อย่าง ทำให้หนูไม่กล้าที่จะตบยุง ฆ่าแมลง หรือบี้มด เหมือนแต่ก่อน ทำให้หนูคิดตลอดเวลาว่า อย่าทำ บาปๆ และหนูก็ตั้งสัญญากับตนเองว่ากลับบ้านไปต้องทำบุญใส่บาตรทุกเช้า ไม่ใช่นอนกินบ้านกินเมืองเหมือนแต่ก่อน

พ่อแม่หนูแยกทางกัน บ้านแตกสาแหรกขาด ทุกอย่างเป็นเพราะพ่อ หนูโทษพ่อและเกลียดพ่อมาตลอด แต่หลังจากดูคลิปทำให้หนูเข้าใจพ่อมากขึ้น หนูโทรไปขอโทษพ่อและบอกว่าเข้าใจพ่อแล้ว ที่ผ่านมาพ่อก็ดูแลหนูดีมาตลอด ไม่เคยโกรธ ไม่เคยตีหนูเลยด้วยซ้ำ **ที่นี่ทำให้หนูรู้สึกว่าหนูได้ครอบครัวที่อบอุ่นกลับคืนมา** คลิป

แม่คลอดลูก ทำให้หนูต้องคิดถึงแม่ว่า แม่เจ็บปวดแค่ไหน หนูเคยถาม แม่บอกว่าถึงจะเจ็บแต่ก็เป็นความเจ็บปวดที่งดงามเพราะแม่กำลังจะได้เห็นหน้าคนที่แม่รักที่สุดในชีวิต หนูเห็นแม่ทุ่มเทกับงาน อดทน อดหลับอดนอนเพื่อหนูและครอบครัว หนูโทรไปบอกแม่ว่าที่นี่ทำให้หนูได้คิดอะไรหลายๆ อย่าง หนูมีคำสัญญากับแม่ หนูเห็นความลำบากของแม่ ทำให้หนูต้องตั้งใจเรียนให้มากขึ้น หนูไม่รู้ว่าจะได้เจอแม่อีกเมื่อไร หรืออาจไม่ได้เจอกัน หนูขอให้แม่ดูแลตัวเอง ดูแลสุขภาพให้ดีๆ ใช้ชีวิตบนความไม่ประมาท หนูบอกแม่ว่าหนูรักแม่ที่สุดในชีวิต หนูมีความคิดที่ดีมากขึ้น ตอนนั่งสมาธิจิตหนูก็คิดถึงแต่แม่ จนหนูร้องไห้ หนูต้องขอบคุณที่นี่มากๆ ที่ทำให้หนูได้ครอบครัวกลับคืนมาถึงแม้จะอยู่กันคนละทิศละทาง **จากตอนแรกที่หนูไม่อยากมาที่นี่ ตอนนี้หนูกลับมีความคิดว่าอยากพาแม่กับครอบครัวมาที่นี่ด้วยกัน ขอบคุณมากค่ะที่ให้อะไรหลายๆ อย่างกับหนู**

ธวัลรัตน์ เพ็งเจริญ
ม.๔/๒ โรงเรียนเฉลิมขวัญสตรี อำเภอเมือง จังหวัดพิษณุโลก

ตัวพ่อดำ...ชุ่มด้วยเหงื่อ...หน้าเปื้อนฝุ่น เพื่อใคร

บอกตามตรง ตอนแรกหนูไม่อยากมาอบรมพัฒนาจิตที่โรงเรียนจัดให้มาเลย เพราะต้องมานั่งสมาธินานๆ มันเมื่อย มันปวดขา ตอนนั่งรู้สึกเหมือนจะตาย แต่เราก็ต้องอดทน เพราะเวลาที่พ่อแม่ทำงานนั้นหนักมากกว่าเราเยอะ เวลาที่ทางค่ายพูดถึงพ่อแม่ทีไรหนูรู้สึกสะเทือนใจทุกที เพราะตอนอยู่บ้าน พ่อจะออก

ไปทำงานหนักทุกวัน เวลากลับมาก็ไม่เคยบ่นให้ฟัง พ่อก็กลับมาในสภาพที่ทั้งตัวท่วมไปด้วยเหงื่อ ผมเผ้ายุ่งเหยิง ใบหน้ามีฝุ่นติดและตัวก็ดำขึ้นทุกวันๆ หนูก็รู้อยู่แก่ใจว่าพ่อเหนื่อยสุดๆ แต่หนูก็ไม่เคยที่จะหยิบน้ำให้ท่านดื่มเลยสักครั้ง จะทำก็เวลาที่แม่บอก **บางทีหนูไม่อยากเข้าใกล้พ่อเลย เพราะพ่อตัวเลอะ ตัวเหม็นเหงื่อทั้งๆ ที่หนูก็รู้นะว่าที่ท่านต้องกลับมาในสภาพนี้ก็เพราะต้องทำงานหาเงินมาให้พวกเราได้ใช้กัน** แต่หลังจากที่หนูได้มาเข้าค่ายอบรมที่วัดวะภูแก้วก็ทำให้รู้ว่า **พ่อต้องทำงานอย่างยากลำบากเพื่อให้หนูสุขสบาย ได้มีที่เรียนดีๆ มีของกินดีๆ** เมื่อกลับไป หนูจะเป็นคนดีของพ่อของแม่ หนูคิดได้แล้วว่าเราควรตอบแทนบุญคุณของพ่อแม่ก่อนที่จะสายไป เพราะท่านก็อายุมากแล้ว หนูจะไม่ทำให้ท่านผิดหวัง

พัฒน์นรี เมืองกระโทก

ม. ๕/๒ โรงเรียนโชคชัยสามัคคี อำเภอโชคชัย จังหวัดนครราชสีมา

มีดีในความเลว

เมื่อก่อนผมเป็นคนที่นิสัยไม่ดี หรือนิสัยชั่วนั่นเอง ผมไม่ค่อยได้ช่วยครอบครัวทำงาน ตอนเป็นเด็ก ผมเป็นพ่อค้าขายล็อตเตอรี่ ผมได้แต่ถามตัวเองว่า ทำทำไม ทำไปเพื่ออะไร ทำแล้วดีตรงไหน ได้ประโยชน์อะไร ผมมักจะรำพึงกับตัวเองตลอด ตอนจบ ป. ๖ ผมได้เกียรติบัตรเด็กดีเด่นด้านเพิ่มรายได้ให้ครอบครัว ผมดีใจมาก พออยู่ ม. ๑ ผมก็ได้มาอยู่ร้านอาหารตามสั่ง ผมจะชอบอยู่ในห้องมากกว่าอยู่กับแม่ เพราะแม่ชอบใช้งานอยู่เรื่อย พอพ่อ

แม่ใช้ ผมก็ไม่สนใจ ตอนนั้นผมมีบ้านเช่าอยู่ ๒ หลัง ผมก็หนีไปอยู่อีกหลังหนึ่ง เพราะไม่อยากฟังแม่บ่น ผมเป็นคนหนึ่งที่เลวมาก

พอผมได้เข้าอบรมที่วัดวะภูแก้ว ดร.ดาราววรรณบอกว่าพระคุณอันยิ่งใหญ่ที่สุดคือพระคุณพ่อแม่ **ผมเพิ่งรู้ว่าพ่อแม่รักเรามากกว่าตัวเองอีก เราเหมือนดวงใจดวงน้อยๆ ของพ่อแม่ พ่อแม่ทนลำบากเพื่อเรา เราก็ควรต้องตอบแทนท่านบ้าง** แต่ผมกลับมาทำท่าทางไม่ดีต่อท่าน ท่านก็ไม่ว่าอะไร จนผมได้มาพบแสงสว่างในวันนี้ วันที่มาวัดวะภูแก้ว ผมอยากไปกราบขอขมาท่าน อยากบอกว่าผมรักท่าน ผมอยากจะบอกว่าผมขอโทษที่ไม่ตั้งใจเรียน ผมจะกลับไปเป็นคนดีของสังคม จะตั้งใจเรียนให้พ่อแม่ครูอาจารย์ภูมิใจ จากนี้ผมจะทำเกรดให้ได้ ๓.๐๐ แน่นอน

วัชรพล โมกศิริ

ม. ๒/๓ โรงเรียนพงษ์ศิริวิทยา อำเภอด่านขุดทด จังหวัดนครราชสีมา

อดทนวันนี้ อนาคตดีแน่ๆ

ขอบคุณโชคชะตา พรหมลิขิต บุญหรือบาป หรืออะไรก็ตามที่ได้นำชีวิตหนูเดินทางมาพบกับค่ายๆ นี้ สารภาพตามตรงค่ะว่าตอนแรกรู้สึกอึดอัดมาก พอได้ลงมือทำสมาธิ ยิ่งรู้สึกว่า โอย! มันทรมานกว่าที่คิด ยกแรกๆ แพ้ใจตัวเอง แพ้ร่างกายตัวเองตลอดแต่พอยกหลังๆ ลองอดทน อยากเอาชนะใจตัวเองสักครั้ง แล้วก็สำเร็จ! เราทำได้ ถึงไม่ได้แชมป์ ไม่ได้รับรางวัล แต่ก็นั่งจนถึงเวลาที่กำหนดได้ **ที่สะใจสุดๆ คือ เอาชนะร่างกายและจิตใจตัวเองได้ และมันยังส่งผลถึงอนาคตว่าเวลาจะทำอะไร จงนึกถึง**

ความรู้สึกตอนที่นั่งสมาธิว่าเราอดทนได้แค่ไหน แล้วเราก็ผ่านมาได้และภูมิใจมากด้วย ยกสุดท้ายตอนกลางคืน นั่งไป ฟังไป คิดไป ระลึกไปถึงพ่อแม่และบุคคลต่างๆ ที่ผ่านเข้ามาในชีวิต วิธีแก้ปัญหาต่างๆ มุมมองใหม่ๆ วิธีคิดใหม่ๆ การใช้ชีวิต ได้ชำระจิตใจให้ดียิ่งขึ้น ได้ประเมินพฤติกรรมของตนเองและอนาคต หนูจะพยายามทำตัวใหม่ ทำตัวให้ดีขึ้น ถึงมันจะทำไม่ได้ในเวลาอันรวดเร็ว แต่ก็จะพยายาม **ถ้าไม่ได้มาค่ายนี้ ก็ไม่รู้ว่าชีวิตตัวเองจะเป็นเช่นไร จะคิดได้แบบนี้หรือไม่**

ณัฏฐิยา เอียการนา
ม. ๖/๑ โรงเรียนภู่วิทยา อำเภอโนนแดง จังหวัดนครราชสีมา

ดีใจที่เห็นหนทางช่วยพ่อ

ก่อนที่ฉันจะมาเข้าค่ายอบรมพัฒนาจิตที่วัดวะภูแก้ว ได้รับข่าวที่ทำให้น้ำตาไหล แม่โทรมาบอกยายว่า พ่อเข้าโรงพยาบาลด้วยโรคตับที่พ่อเป็นอยู่ หมอบอกว่าพ่อจะอยู่ได้ไม่ถึง ๒ เดือน พอได้ยินอย่างนั้นฉันก็น้ำตาไหลเลย ภาพที่เคยทำให้พ่อเสียใจก็ปรากฏขึ้นมา นอนร้องไห้ทั้งคืน เสียใจมาก ไม่รู้จะทำอย่างไรดี ตาเลยบอกว่าจะพาไปเยี่ยมพ่อ หนูดีใจมาก พอไปถึงเห็นพ่อแล้วน้ำตาไหลอีกครั้ง ตอนเจอกันครั้งสุดท้ายพ่อไม่เป็นอย่างนี้ พอจะกลับก็ล้างเท้าให้ท่าน กราบเท้าท่าน และขอโทษท่าน น้ำตาไหลจนตาแดง

ตอนที่หนูได้มาที่วัดวะภูแก้ว หนูได้นั่งสมาธิและนึกถึงพ่อและแม่ตลอดเวลา อาจารย์ดาราวรรณให้เขียนคำถาม จึงเขียน

ถามครูว่าหนูจะทำอย่างไรให้พ่อหายป่วย ครูได้บอกว่าให้หนูตั้งใจภาวนาให้พ่อ และแนะนำให้พ่ออธิษฐานจิตบวชถ้าหายป่วย พอหนูได้ยินหนูก็ดีใจที่มีทางช่วยพ่อ

ต่อจากนี้ไปหนูจะไม่ทำให้พ่อเสียใจอีกแล้ว จะตั้งใจภาวนาให้พ่อทุกวัน และจะบอกให้พ่อบวชเพื่อให้หายป่วยตามที่ครูบอก และสุดท้ายนี้ ขอฝากเพื่อนๆ พี่ๆ น้องๆ ทุกคนอยากให้มานั่งสมาธิกัน นั่งไปเถอะค่ะ ถึงจะไม่ได้แชมป์ก็ตาม อย่าแข่งกับคนอื่น ควรแข่งกับใจเราเอง

จิรัฐิติกาล ชำนิพันธ์
ม. ๔/๒ โรงเรียนชุมพวงศึกษา อำเภอชุมพวง จังหวัดนครราชสีมา

ทำดีเพื่อชีวิตที่ดี

การมาวัดวะภูแก้วครั้งนี้ ทำให้หนูได้สำนึกและละอายในสิ่งแย่ๆ ที่ตัวเองได้ทำ ไม่ว่าจะกับพ่อแม่ หรือบุคคลอื่นๆ การได้มาปฏิบัติธรรมในครั้งนี้ ถึงจะเป็นเพียงเวลาสั้นๆ แต่หนูก็ได้อะไรหลายๆ อย่างกลับไปใช้ในการดำเนินชีวิตประจำวันได้ตลอดชีวิต ทั้งเรื่องการใช้ชีวิตอย่างมีคุณค่า บาป-บุญ หรือแม้กระทั่งสวรรค์ นรก ซึ่งเป็นสิ่งที่หนูไม่เคยเชื่อเลยว่ามีจริง แต่ที่นี่เปลี่ยนความคิดหนูได้ รวมไปถึงเรื่องพระคุณของพ่อแม่ หนูอยากจะกลับไปกราบเท้าท่าน ขอโทษในสิ่งผิดพลาดที่ผ่านมา และจะใช้ความผิดพลาดในอดีตเป็นบทเรียนและแรงผลักดันให้หนูทำความดีเพื่อท่านทั้งสอง **วัดวะภูแก้วไม่ได้สอนให้เราทำความดีเพื่อหวังในสิ่งงมงาย ไม่ได้ทำเพื่อเอาหน้า แต่สอนให้ทำความดีเพราะ**

ความดีจะส่งผลให้เรามีกำลังใจในการใช้ชีวิต มีชีวิตที่ดี คำว่าทำดีแล้วได้ดี ยังทันสมัยอยู่ และสุดท้ายนี้ อยากให้ทุกคนรักตัวเองและครอบครัวให้มากๆ เพราะที่สุดแล้ว เมื่อมีปัญหาหรือเรื่องร้ายๆ เข้ามา คนที่เหลืออยู่ข้างเราจริงๆ ก็คือครอบครัว พ่อแม่บอกเสมอว่าลูกคือของขวัญที่ล้ำค่าที่สุดในชีวิต แล้วเราล่ะ ทำตัวให้สมกับคำว่าของขวัญที่ล้ำค่าที่สุดแล้วหรือยัง

อนุสรา มัยพล
นักศึกษา ศูนย์การศึกษานอกโรงเรียน อำเภอลำปลายมาศ จังหวัดบุรีรัมย์

ได้เห็นค่าของสิ่งที่เคยมองข้าม

ผมเป็นคนหนึ่งที่เมื่อได้ทราบข่าวว่าจะมาเข้าค่ายธรรมะแล้วรู้สึกขี้เกียจไม่อยากมา และพอไปๆ มาๆ ผมก็เปลี่ยนความคิดว่าผมจะมาและพยายามทำให้เต็มที่ วันแรกที่มาถึง ผมรู้สึกได้ว่าวัดนี้น่าจะให้อะไรดีๆ กับผม วัดวะภูแก้วเป็นวัดที่มีบรรยากาศดีมาก เหมาะแก่การปฏิบัติธรรม **การนั่งสมาธิทำให้ผมไม่คิดฟุ้งซ่าน ทำให้ผมได้คิดทบทวนตัวเองได้มาก** การมาวัดวะภูแก้วครั้งนี้ ผมได้ความรู้เกี่ยวกับการใช้ชีวิต เกี่ยวกับพระพุทธศาสนา และได้คิดถึงคน ๒ คนที่บางครั้งผมอาจจะมองข้ามไป คนที่มีพระคุณที่สุดในชีวิตของผม

ในตอนนี้ผมคิดได้แล้วว่าการเกิดมาเป็นมนุษย์นั้นยากและชีวิตนั้นสั้นมาก ดังนั้น ผมคิดว่าคนเราเกิดมาทั้งทีต้องทำสิ่งที่ดีๆ การทำดีนั้น ถึงแม้บางครั้งอาจจะโดนคนอื่นค่อนว่าหรือไม่มีใครเห็นก็ตาม แต่คนที่เห็นคือตัวเราเอง เราควรที่จะภูมิใจในสิ่งดีๆ

เหล่านี้ที่เราได้ทำ **พ่อแม่ผมสอนเสมอว่า ถึงเราจะจน เราก็จะจนอย่างคนดี ไม่คดโกงใคร ไม่ทำให้ใครเดือดร้อน** ผมมีความฝันตั้งแต่เด็กว่า สักวันหนึ่งผมจะต้องตอบแทนพระคุณพ่อแม่และแผ่นดินไทย ผมมีความฝันอยากจะเป็นนักเรียนเตรียมทหารครับ ผมรู้สึกว่ามันยาก แต่ผมจะพยายามทำให้ดีที่สุด ผมคิดว่า เมื่อคนอื่นทำได้ ทำไมเราจะทำไม่ได้ **ความพยายาม อดทน พากเพียร ไม่เคยทำให้เราผิดหวัง** ขอบคุณคณะวิทยากรและคณะครูที่ทำให้ผมได้รับรู้สิ่งดีๆ ที่ผมเคยมองข้าม

ณัญธพัส ชนะภัย

ม. ๔/๑ โรงเรียนบุญเหลือวิทยานุสรณ์ อำเภอเมือง จังหวัดนครราชสีมา

โอกาสมาควรคว้าไว้

ฉันมาเข้าค่าย ณ วัดวะภูแก้ว เพราะคุณแม่อยากให้ฉันได้ดูจิตดูใจของตนเอง เพื่อให้มีสมาธิ สติ ปัญญา เพิ่มมากยิ่งขึ้น แต่ฉันก็ไม่ค่อยเต็มใจ แต่พอมาถึงวันนี้ที่เป็นวันสุดท้าย ฉันรู้แล้วว่าคุณแม่หวังดีกับฉันมาก เพราะฉันได้ฝึกฝนอะไรหลายๆ อย่างจากค่ายนี้

ตอนที่ฉันเรียนอยู่ที่แคนาดา ฉันได้นั่งสมาธิก่อนนอนบ้าง แล้วเทอมนั้น ฉันได้เกรด A ในทุกวิชา เมื่อจบ ม. ๖ จากแคนาดาแล้ว ฉันกลับมา **คุณแม่ให้ฉันมาค่ายนี้ ท่านบอกฉันว่าถ้าฉันมีสมาธิมากขึ้น จะทำให้ประสบความสำเร็จในการเรียน และทุกๆ อย่างในชีวิต** ในค่ายนี้ฉันได้นั่งสมาธิ สวดมนต์ และอื่นๆ อีกมากมาย

ทุกสิ่งทุกอย่างที่ทำในค่ายนี้ทำให้ฉันได้ฝึกความอดทน สมาธิ สติ และมีประโยชน์มากถ้านำไปใช้ในชีวิตประจำวัน

ในวันนี้ ฉันรู้สึกโชคดีมากที่ได้มาปฏิบัติธรรมที่วัดวะภูแก้ว **เพราะไม่ใช่ทุกคนจะมีโอกาสแบบนี้ และโอกาสแบบนี้ก็ไม่ได้มีมาบ่อยๆ ฉะนั้น ถ้าใครมีโอกาสแล้วก็ควรที่จะคว้าเอาไว้**

สุทธิกานต์ เอี่ยมธนพรรณ (ผู้อบรมสมทบ)
โรงเรียน Cowichan, Canada

ชีวิตเลวร้ายเพราะคบเพื่อนไม่ดี

การที่ผมได้มาวัดวะภูแก้วทำให้ผมรู้สึกมีสติมากขึ้น คิดถึงพ่อแม่มากขึ้น ทำให้ได้รู้แต่ละสิ่งแต่ละอย่างที่ไม่เคยรู้มาก่อน สอนสิ่งใหม่ๆ ให้แก่เรา สอนสิ่งที่โลกภายนอกไม่รู้จัก เช่น การนั่งสมาธิ ก่อนที่จะมาวัดผมนั่งได้ไม่เกิน ๑๐ นาที แต่ที่วัดผมสามารถนั่งได้ถึง ๓๐-๔๐ นาที จนถึงชั่วโมงก็มี ทำให้รู้สึกมีความมั่นใจมากขึ้น สามารถควบคุมตัวเองได้มากขึ้น ก่อนที่ผมจะมาวัดวะภูแก้ว ผมติดยาเสพติด เพราะไปอยู่กับเพื่อนกลุ่มที่ไม่ดี ช่วงนั้นเป็นเวลาที่เลวร้ายที่สุดในชีวิตของผม พ่อจึงส่งผมมาที่วัดวะภูแก้วแห่งนี้ ที่วัดนี้ทำให้ผมได้สติว่ายังมีคนที่รออยู่ข้างหลังของผมหลายคน โดยเฉพาะพ่อกับแม่ที่ตั้งความหวังไว้กับผมมากมาย ผมจึงไม่อยากทำให้พ่อกับแม่เสียใจอีกแล้ว

นายพีรศุภ เมฆบัณฑูรย์ (ผู้อบรมสมทบ)
โรงเรียนอัสสัมชัญศรีราชา อำเภอศรีราชา จังหวัดชลบุรี

หลักสูตรอบรมลงตัว

๒๒-๒๔ เมษายน ๒๕๕๙ เป็นการพาลูกๆ มาอบรมปฏิบัติธรรมแบบเป็นทางการครั้งแรกในชีวิต วัดวะภูแก้ว... ดิฉันเข้ามาแล้วรู้สึกสงบ ไม่เหมือนวัดในกรุงเทพฯ

ที่นี่สงบ สัมผัสได้ถึงธรรมะ การปฏิบัติที่เป็นธรรมชาติ ไม่เคร่งจนเกินไป ไม่หย่อนจนเกินไป ไม่ได้สอนธรรมะที่ลึกซึ้งมากจนไม่เข้าใจ แต่สอนในสิ่งที่นำไปปฏิบัติได้จริงในชีวิตประจำวัน มีกิจกรรมที่ต่อเนื่อง เนื้อหาเหมาะกับนักเรียนวัยนี้ ดร. ดาราวรรณก็เล่าเรื่องสนุก สอดแทรกธรรมะน่าฟังตลอดการบรรยาย

การนั่งสมาธิของดิฉันก็เป็นครั้งแรกในชีวิตเช่นกัน แต่ก็ได้พบกับสิ่งไม่คาดคิดขึ้นได้เหมือนกัน วันแรกดิฉันนั่งสมาธิก็ปวดเมื่อยมาก แต่ก็พยายามอดทน บอกตัวเองว่าจะต้องทำให้ได้ เพื่อให้ลูกเห็นว่าแม่ทำได้ ลูกจะได้อดทนทำตามบ้าง ไม่ใช่แค่บอกให้ลูกทำให้ได้ แต่แม่เองยังทำไม่ได้ ก็เลยฮึดสู้ แล้วดิฉันก็ทำได้ในที่สุด นั่งสมาธิได้นาน ไม่ฟุ้งซ่าน ตัวเบา รู้สึกมีแสงสว่างสีฟ้าขาวที่เปลือกตา แล้วน้ำตาก็ไหลพรากเป็นทางยาวมาถึงคอเรื่อยๆ และนั่งต่อจนเด็กๆ ออกไปทานข้าว ดิฉันก็ยังนั่งต่อได้อีกสักพัก ก็ออกจากสมาธิ (แค่นี้ก็ดีใจอย่างมากแล้วค่ะกับครั้งแรก)

นุชบา ฉวีสุข (ผู้อบรมสมทบ)

จังหวัดนนทบุรี

ได้ยาวิเศษให้ลูก

ดิฉันมีความประทับใจมากที่ได้มาปฏิบัติธรรมที่วัดวะภูแก้ว ได้ฟังและศึกษาวิธีการปฏิบัติตนตามหลักพุทธศาสนา มีความเข้าใจถึงขั้นตอนการเจริญสมาธิภาวนา ทั้งที่ความจริงว่าจะมาเป็นเพื่อนลูกชายเท่านั้น ความตั้งใจอยากให้ลูกได้มีโอกาสสัมผัสความมีสติ สมาธิ แทนการรับประทานยาเพื่อบำบัดอาการสมาธิสั้นเพื่อให้การเรียนดีขึ้น **และก็ได้ยาวิเศษกลับไป คือคำว่า "จด-จ้อง"** คงได้กลับมาปฏิบัติอีก เพราะ**ทั้งสถานที่ วิธีการปฏิบัติ คำสอน มีความเหมาะสมและถูกใจเป็นยิ่งนัก** ได้รู้ถึงชีวิตหลังความตาย การกำหนดจิตสุดท้ายเพื่อความไม่ประมาท

ขอขอบคุณคณะวิทยากรทุกๆ ท่านที่ให้ความรู้และหลักการปฏิบัติตนให้เป็นมนุษย์ได้ ๑๐๐% ว่าทำอย่างไร กลับไปแล้วจะปฏิบัติหน้าที่ ทั้งการงาน ความเป็นแม่ การเป็นบุตรของบิดามารดาให้สมบูรณ์และมีสติในการแก้ปัญหาและอุปสรรคต่างๆ จะใจเย็นและทำการพิจารณาสาเหตุและผลของปัญหาให้ถ่องแท้ ด้วยใจที่ตั้งมั่นว่าจะทำความดี "คิดดี ทำดี พูดดี"

พิศสม ขาวผ่อง (ผู้อบรมสมทบ)
จังหวัดปทุมธานี

ประทับใจแม้เพิ่งรู้จักกัน

ดิฉันเป็นคนสนใจธรรมะพอสมควร แต่มาวันนี้สงสัยว่าตัวเองไปอยู่ที่ไหนมาจึงไม่รู้จักวัดวะภูแก้ว และ ดร. ดาราวรรณ จน

น้องสาวโทรมาชวนลูกชายดิฉันให้มาปฏิบัติธรรมเป็นเพื่อนลูกสาวของเขา และเล่าเรื่องย่อๆ ของวัดให้ฟัง ดิฉันเลยถามน้องสาวว่ามีผู้ใหญ่ร่วมอบรมไหม ไหนๆ ทั้งลูกและหลานก็มาแล้ว เราเองก็ต้องมาส่ง น้องสาวจึงสอบถามให้ แล้วดิฉันก็ได้มาร่วมอบรม ดิฉันประทับใจการอบรมของที่นี่ ชอบการบรรยายของ ดร. ดารา-วรรณ **ชอบความร่มเย็นของวัด ชื่นชมคณะวิทยากรทุกท่านที่ทุ่มเทเพื่ออบรมสั่งสอนเยาวชน ซึ่งปัจจุบันมีน้อยมาก ถึงมีก็หาสถานที่ที่ทำด้วยใจยากมาก** ดิฉันดีใจที่ยังมีคนทุ่มเทสร้างเยาวชน และขัดเกลา ถึงแม้จะเป็นระยะเวลาสั้นๆ แต่หลายคนก็ได้มาดูตัวเองและได้สิ่งดีๆ กลับไป

ส่วนตัวเอง แม้ร่างกายเป็นอุปสรรคอยู่บ้าง แต่ดิฉันก็ตั้งใจปฏิบัติ และยิ่งเห็นลูก หลาน และเยาวชนที่มาร่วมอบรมมีความตั้งใจ ยิ่งทำให้ดิฉันรู้สึกว่า **ทำอย่างไร สิ่งดีๆ อย่างนี้จะเกิดขึ้นให้มากกว่านี้** เพราะเด็กๆ สมัยนี้น่าเป็นห่วงทางจิตใจเพราะไม่เข้าถึงพระพุทธศาสนา

ผู้อบรมสมทบ

แม่ลูกผูกพัน

ความตั้งใจแรกที่ได้ยินเรื่องวัดวะภูแก้วคืออยากพาลูกมาจัง เพราะช่วงนี้ลูกกำลังเป็นวัยรุ่น มีการเปลี่ยนแปลงหลายอย่างที่ลูกต้องเผชิญ ทั้งด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ รวมทั้งกระแสของสิ่งแวดล้อมรอบๆ ด้าน ทำให้ลูกมีพฤติกรรมแข็งกระด้าง สายตาที่

มองคนในครอบครัวคล้ายผู้ไม่หวังดี ทั้งๆ ที่จริงแล้วลูกไม่ใช่คนแข็งกระด้างเลย จิตใจลูกอ่อนโยน ยังมีคนเอ่ยฝากคำชมมาเป็นระยะๆ ซึ่งแม่ก็แอบชื่นใจ ภูมิใจ สุขใดไหนจะเท่าสุขที่มีลูกดี

แล้ววัดวะภูแก้ว ซึ่งมีทีมวิทยากรที่ดี มีธรรมะที่ลึกซึ้ง จะช่วยทำให้แม่ได้ลูกดีๆ กลับไปบ้างหรือเปล่าหนอ นี่เป็นคำถามที่แม่ตั้งไว้ในใจตลอดเวลา ๒ คืน ๓ วัน ที่นี่มีแต่ความสงบ การมีเวลาให้ย้อนคิดกลับไปมองตนเอง เรียนรู้จากภายในตัวเอง รู้สติ รู้ตัวตลอดเวลา มีเรื่องราวดีๆ เรื่องเล่าของคนอื่นเพื่อสร้างการเรียนรู้ให้ตัวเอง และ**แม่ก็เน้นว่าลูกจะต้องมีความอดทนมากขึ้น สามารถทำกิจกรรมดีๆ จนเสร็จสิ้นโดยไม่ลุกหนีหรือแสดงกิริยาอาการที่ทำให้วงแตกออกมา** ลูกเก่งมากค่ะ แม่เองก็ได้สติที่จะสงบตัวเอง ลดความคาดหวังลง แม่น่าจะกลับไปใช้ชีวิตที่เย็นมากขึ้น ดำรงตนเองด้วยเครื่องมือง่ายๆ คือ ศีล ๕ ได้มากขึ้น

ขอกราบขอบพระคุณทีมงานวิทยากร ดร. ดาราวรรณ และทางวัดวะภูแก้ว ที่เปิดโอกาสให้เราแม่ลูกได้มีเวลาดีๆ แบบนี้ในชีวิต และจะนำคำสอนดีๆ ไปใช้ให้เกิดประโยชน์ทั้งต่อตนเอง ครอบครัว และผู้ที่ต้องเกี่ยวข้องต่อไป

ปานจันทร์ จิตรีพรต (ผู้อบรมสมทบ)

พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ รพสต. หนองตูม จังหวัดขอนแก่น

เกือบทิ้งเพชรน้ำเอกหลุดมือ

ฉันโชคดีมากที่ได้เกิดมาในแผ่นดินที่พระพุทธศาสนาเจริญรุ่งเรือง โชคดีที่ครอบครัวพาเข้าวัดเข้าวาตั้งแต่เด็ก โชคดีที่แม่ชอบ

เปิดทีวีธรรมะของหลวงตามหาบัวดูทุกวัน ตอนที่ท่านยังมีชีวิตอยู่ ฉันก็ยังเด็กนัก ไม่ได้สนใจฟังธรรมะอะไรหรอก คอยดูแต่ว่าเจ้าไทเกอร์ หมาพันธุ์บูลด็อกรูปร่างตุ้ยนุ้ย จะออกมาตอนไหนเพราะชอบเจ้าไทเกอร์มาก แต่พอช่วงเรียน ปี ๑ ไปเรียนที่อื่น ไกลบ้านไกลเมือง ก็ไม่ค่อยได้มีเวลาเข้าวัด แต่ก็หาโอกาสไปทำบุญ ถวายสังฆทานอยู่เป็นบางครั้ง ด้วยความที่เป็นคนชอบทำบุญเข้าวัดอยู่เป็นประจำ แต่มีเหตุการณ์บางอย่างที่เป็นจุดพลิกผันทำให้ฉันเริ่มสงสัยในหลักธรรมของสำนักหนึ่งแล้วเริ่มไม่เข้าใจ คิดว่าพระพุทธเจ้าท่านสอนอย่างนี้จริงหรือ ทำไมสำนักนี้ต้องพูดย้ำๆ อยู่ตลอดว่ารวย รวย รวย เอะอะอะไร ใครทำอะไรก็.. สาธุขอให้รวย ขอให้ไปสวรรค์ชั้นดุสิต มันใช่หรือ ไม่ใช่จะเป็นการเพิ่มกิเลสในใจเราหรือ จนทำให้ฉันเกือบเลิกที่จะนับถือพระพุทธศาสนาไปแล้วเพราะการสอนของสำนักนั้น

แต่ฉันยังโชคดีที่ได้มีโอกาสเจอศาสนาพุทธที่ตอบโจทย์ในใจของฉันได้ คือ ศาสนาพุทธนิกายเซน ฉันเริ่มศึกษาและได้เจอคำที่กินใจยิ่งนักคือ “จิตคือพุทธะ” และฉันก็ได้พบว่าพระที่ท่านปฏิบัติดีก็ยังมี เราไม่น่าคิดเช่นนั้นเลย และเมื่อได้มาวัดวะภูแก้วแล้ว **ฉันได้พบว่าการสอนที่วัดนี้ไม่ต่างอะไรจากคำสอนของเซนเลย ทั้งในเรื่องของการปฏิบัติ เรื่องของการดูจิต** ต่างกันแค่เซนไม่เน้นในรูปแบบพิธีกรรม ฉันจึงคิดได้ว่าพระดีอยู่ที่กายที่จิตเรานี้เอง โชคดีแค่ไหนแล้วที่ฉันไม่หลงผิด คิดที่จะเลิกนับถือพุทธศาสนา

ณัฐธิดา อินนา
กลุ่มงานเภสัชกรรม โรงพยาบาลมหาราชนครราชสีมา

ขอพักซ่อมใจ

นี่เป็นครั้งที่ ๒ ที่ได้มาปฏิบัติธรรมที่วัดวะภูแก้ว ไม่รู้ว่าเป็นเพราะแรงอธิษฐานหรือเพราะบุญเก่ายังพอมีจึงได้กลับมาที่นี่อีกครั้งในวันที่ต้องการซ่อมใจ การทำงานในห้องฟอกไตทำให้ได้เห็นความเสื่อมของสังขารและความตายเป็นประจำ คนดีกลายเป็นบ้า คนสวยกลายเป็นหญิงบวมน้ำ สุดท้ายก็ตายจากกัน เห็นจนเป็นธรรมดา ไม่ว่าจะสนิทสนมกับคนไข้แค่ไหน สุดท้ายก็ต้องตายจากกัน อยู่ที่ช้าหรือเร็ว จิตบอกตัวเองอยู่ตลอดว่ามันเป็นธรรมดา ให้เขาตายจากกายหยาบที่ผุพังนี้ไปสู่ภพใหม่ดีกว่า จะมายื้อกันไว้เพื่ออะไร

แต่ความคิดนี้ใช้ไม่ได้เมื่อเป็นคนไข้เด็ก ข้าพเจ้าทำใจยอมรับไม่ได้เลยกับการต้องสูญเสียเด็กๆ เหล่านั้นไป ๑ คน ตาย ๒ คน ตาย ๓ คน ตาย ๔ คน ตาย คนสุดท้ายพอฟอกไตกันมาหลายเดือน วันนี้เขาจะได้กลับบ้านหลังฟอกไตเสร็จ ขณะเราคุยเล่นกับเขา ป้อนขนม เปิดการ์ตูนให้ดู เด็กเกิดปวดหัวอย่างแรง ชัก และสิ้นลมไปในที่สุด แม้จะอยู่ใกล้เพียงเอื้อมมือก็ไม่อาจฉุดรั้งเขาไว้ได้จากอาการเลือดออกในสมอง ซึ่งไม่ได้เกี่ยวอะไรกับโรคไตเลย นับแต่วันนั้นใจข้าพเจ้าพังเป็นเสี่ยงๆ เฝ้าโทษตัวเองอยู่ตลอดว่าเป็นเพราะเราหรือเปล่า ทำไมฟอกไตเด็กคนไหนๆ ก็ไม่มีใครรอด ทำมาเป็นสิบคน ไม่มีใครได้กลับบ้าน อัตรารอดเป็นศูนย์ ข้าพเจ้าหมดความมั่นใจ จิตคอยแต่จะแว่บไปเห็นหน้าเด็กๆ พวกนั้น มันเร็วเกินไปสำหรับครอบครัว และเร็วเกินไปสำหรับเราด้วย

นับแต่นั้นข้าพเจ้าตั้งใจจะไม่ฟอกไตให้เด็กคนไหนอีกเลย ยกหน้าที่ให้พี่อีกคนไปทั้งหมด อ้อนวอนขอร้องทุกครั้งที่มีคนไข้เด็ก จนวันหนึ่งรุ่นพี่ได้บอกกับเราว่าคนไข้ฟอกไตมันมีหลายคนนะ แต่พยาบาลที่ฟอกไตเด็กได้มีแกกับพี่ ๒ คน ถ้าวันหนึ่งพี่ไม่อยู่ แล้วใครจะช่วยเด็กๆ พวกนั้น แกมั่นใจว่าคนอื่นจะรักคนไข้ได้เท่าแกหรือ ไปหาที่ซ่อมใจของแกเสียไม่ว่าจะด้วยวิธีไหน แกก็ต้องไปซ่อมใจของแกมา และ**การอบรมนี้คงเป็นวิธีการซ่อมใจของข้าพเจ้าจริงๆ ได้รับคำชี้แนะ นำจิตที่แตกสลายกลับมาเชื่อมั่นในตนเองอีกครั้ง ถึงแม้ทุกอย่างที่เกิดขึ้นจะเป็นไปเพราะกรรมเป็นตัวกำหนด แต่ครั้งนี้จะกลับไปพร้อมความมั่นใจในสติของตนเอง และจะนำทางคนไข้จนลมหายใจสุดท้ายของพวกเขา**

สุทธาทิพย์ แสนประเสริฐ

หน่วยตรวจพิเศษโรคไต (ไตเทียม) โรงพยาบาลมหาราชนครราชสีมา

ภูมิใจจนตัวพอง

ก่อนอื่นต้องบอกเลยว่าส่วนตัวหนูชอบเข้าวัดเพื่อปฏิบัติธรรมอยู่เนืองๆ ท่านดอกเตอร์บอกว่า เกิดเป็นผู้หญิง แม้เราจะบวชเป็นพระห่มผ้าเหลืองไม่ได้ แต่เราบวชใจได้ อำเภอสูงเนินกับวัดวะภูแก้วชื่อเสียงอยู่คู่กันมานาน ท่านดอกเตอร์เก่งและเจ๋ง พูดได้ดี สำเนียงและเสียงชักชวนให้ต้องฟังทุกครั้ง แต่ละเรื่องที่หยิบยกมาพูด มันทำให้หนูจำได้ดีกว่าการอ่านเองเสียอีก

ก่อนเข้าปฏิบัติธรรมเหนื่อยและท้ออยู่นะกับวิชาชีพที่เลือกเดิน หนักมาก นอนน้อย ฟ้องร้องเยอะ พอเข้าปฏิบัติธรรม

ความภาคภูมิใจในวิชาชีพก็กลับมามีความสำคัญในชีวิตหนูทันที ท่านดอกเตอร์ทำให้หนูตัวพองมาก วิชาชีพเราเปรียบเสมือนพระโพธิสัตว์ เนื้อนาบุญของเราคือคนไข้ ขอให้ทุกคนปฏิบัติกับเขาดีๆ พวกคุณโชคดีขนาดไหน มีสถานที่ให้ทำบุญที่ไม่ใช่วัด นั่นคือโรงพยาบาล ขอบคุณมากที่ช่วยชี้ช่องเพิ่มพลังกำลังใจในการทำความดี

กรรณิการ์ เป๋ากระโทก

หอผู้ป่วย อายุรกรรมชาย ๘ ซ้าย โรงพยาบาลมหาราชนครราชสีมา

ให้คุณค่ากับพระศาสนามากขึ้น

ก่อนมาที่วัดวะภูแก้ว บอกคนใกล้ชิดทุกคนว่าอยู่ไม่ได้แน่ เดี๋ยวต้องร้องกลับบ้านแน่ ปกติแล้วเป็นคนที่ไม่เคยเข้าวัดเลย เพียงมีการใส่บาตรในวันเกิด บางปีอาจจะไปบริจาคของให้บ้านคนตาบอดบ้าง แต่ทุกครั้งที่ใส่บาตรหรือไปบริจาคของก็มีความสงสัยว่าเราทำไปเพื่ออะไร

เมื่อมาถึงวัดวะภูแก้ว ครั้งแรกที่เหยียบเท้าขึ้นบนศาลา กลับรู้สึกสงบใจอย่างประหลาด อาจจะเป็นเพราะบนศาลาและในบริเวณวัดเต็มไปด้วยสิ่งศักดิ์สิทธิ์ ในวันแรกที่ได้ฟังการบรรยายจากคุณครูท่านต่างๆ ทำให้ตระหนักว่า สิ่งที่เราเรียนรู้มาเกี่ยวกับพระพุทธศาสนายังน้อยนิดนัก รู้สึกสนใจในพระพุทธศาสนาเพิ่มมากขึ้น เริ่มเชื่อและศรัทธาในพระพุทธศาสนามากขึ้น ก่อนนี้ศรัทธาในพระพุทธศาสนาน้อยมากเนื่องจากได้รับข่าวสารเกี่ยวกับการกระทำผิดของพระภิกษุค่อนข้างมาก แต่ ดร. ดาราวรรณ บอก

ว่าในพระพุทธศาสนามีทั้งพระที่ปฏิบัติดีปฏิบัติชอบและมีทั้งพระที่ปฏิบัติผิดพระธรรมวินัย เราเลือกได้ว่าเราควรศรัทธาในทางใด

เมื่อถึงเวลานั่งสมาธิครั้งแรก คิดในใจก่อนเลยว่าเราทำไม่ได้ ไม่เกิน ๕ นาทีหรอก พอได้นั่งสมาธิที่ลานธรรม อาการคันเกิดขึ้น แต่ก็ภาวนาในใจ ไม่คันหนอ ไม่คันหนอ สักพักอาการคันก็หายไปเองอย่างน่าประหลาด ทำให้คิดได้ว่า อาการที่เกิดขึ้นนั้นจิตเราปรุงแต่งขึ้นมาทั้งนั้น ทำให้การทำสมาธิในครั้งต่อๆ ไปง่ายขึ้นมาก นั่งได้นานกว่าแต่ก่อนมาก ครั้งที่นั่งได้นานที่สุดคือครั้งที่บริกรรมเกี่ยวกับแม่ บริกรรมในใจว่า คิดถึงแม่หนอ คิดถึงแม่หนอ ครั้งนั้นถือเป็นครั้งที่นั่งได้นานที่สุดในชีวิต หลังจากนั้นมาก็มีความคิดที่อยากจะชวนครอบครัวและคนที่เรารักมาปฏิบัติธรรมร่วมกัน ซึ่งความคิดนี้ไม่เคยเกิดขึ้นมาก่อนเลย เพื่อนชวนมาก็ปฏิเสธทุกครั้งไป

ต่อจากนี้ไป ตั้งใจไว้ว่าจะทนุบำรุงศาสนา ใส่บาตรทำบุญอยู่ในศีลในธรรม บำเพ็ญภาวนาให้ดีที่สุด ขอบคุณคุณครูวิทยากรทุกท่าน และขอบคุณสถานที่ศักดิ์สิทธิ์แห่งนี้ที่ทำให้เราเปลี่ยนความคิดและอยากปฏิบัติธรรม

ณัฐยา เผือดจันทึก
กลุ่มงานเวชศาสตร์นิวเคลียร์ กลุ่มงานรังสีวิทยา โรงพยาบาลมหาราชนครราชสีมา

ได้ปรับทัศนคติเรื่องกรรม

ใครจะรู้ว่าคนแบบข้าพเจ้าจะมีโอกาสได้เข้าวัดทำสมาธิที่เป็นเรื่องเป็นราวอย่างแท้จริง ได้**มีโอกาสมาศึกษาหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาฉบับเข้าใจง่าย ได้เปลี่ยนความคิดเรื่องกรรม**

ข้าพเจ้าเป็นคนหนึ่งที่เคยทำกรรมหนัก ถือได้ว่าบาปสุดๆ ในชีวิตที่ไม่อาจให้อภัยได้ พยายามเสาะแสวงหาสถานที่ต่างๆ เพื่อล้างบาป หาทุกวิถีทางที่จะแก้กรรม พยายามทำบุญถวายกล่องยา เสื้อผ้า ของใช้เด็ก แต่สุดท้ายข้าพเจ้าก็ไม่สามารถล้างมันจากจิตใต้สำนึกได้เลย มาถึงขนาดนี้แล้ว ข้าพเจ้าขอเปิดเผยเรื่องนี้เลยแล้วกัน ข้าพเจ้าเป็นอีกหนึ่งคนที่ในสมัยเรียนมหาวิทยาลัยมีแฟนตามประสาวัยรุ่นสมัยนิยม แล้วข้าพเจ้าก็ได้ตั้งครรภ์ ตอนนั้นคิดอย่างเดียวว่า ถ้าบอกพ่อกับแม่แล้ว ท่านต้องเสียใจกับพฤติกรรมแย่ๆ ของข้าพเจ้าแน่นอน เพราะที่ผ่านมาข้าพเจ้าอยู่ในโอวาทตลอด จึงตัดสินใจทำแท้งที่โรงพยาบาลเอกชนแห่งหนึ่ง โดยปรึกษากับแฟนซึ่งก็คือสามีคนปัจจุบันของข้าพเจ้านี่แหละ เราสองคนได้ทำบาปที่ใหญ่หลวงนัก ฆ่าลูกตัวเองขณะที่ปฏิสนธิได้แค่ ๑ สัปดาห์ ตั้งแต่นั้นมาข้าพเจ้าก็กลัวมากและเป็นตราบาปในจิตใจ ได้แต่พากันทำบุญแล้วขออโหสิกรรมบอกดวงวิญญาณของเด็กคนนั้นว่าให้กลับมาเกิดเป็นลูกของข้าพเจ้าใหม่ ซึ่งก็ไม่รู้ว่าจะได้กลับมาเกิดอีกหรือไม่ และก็ได้หาวิธีแก้กรรมต่างๆ นานา

เมื่อมาที่วัดวะภูแก้ว ข้าพเจ้าได้เรียนรู้ว่า **เราไม่สามารถลบล้างกรรมชั่วได้ ที่ทำได้ดีที่สุด คือ สร้างกรรมดี หนีกรรมชั่ว ประทับใจกับการสอนพระพุทธศาสนาที่เข้าใจง่าย โดยเฉพาะเรื่องกฎแห่งกรรมนี้ข้าพเจ้าสนใจเป็นพิเศษ** (แอบคิดว่าคงมีวิธีแก้กรรม) แต่สุดท้ายกลับได้แนวคิดใหม่ ให้เจริญสติ ใช้ชีวิตบนความไม่ประมาท สร้างกรรมดี หนีกรรมชั่ว และที่สำคัญ ข้าพเจ้าคิดว่า

จะทำความดีให้มากๆ ไม่ทำผิดซ้ำอีก เพื่อหนีกรรมชั่วกรรมหนักที่ข้าพเจ้าได้ทำไว้

สุธาสินี พิมพาชาติ
หอผู้ป่วย สูติกรรม ๑ โรงพยาบาลมหาราชนครราชสีมา

มีกำลังใจสู้ต่อเพื่อรอยยิ้มของคนหมดหวัง

ทุกๆ วันจะต้องพบเจอแต่ความเจ็บ ความทรมาน สีหน้าบูดเบี้ยวของผู้ป่วย แค่นั้นยังไม่พอ ยังต้องเจอกับคนที่ตำแหน่งสูงกว่าหรืออายุมากกว่า ทั้งบ่น ด่า ว่า และใช้เรา

ตลอดเวลาที่เข้าอบรม เชื่อเถอะ ผมรับความรู้เฉพาะสิ่งที่ผมสนใจ ผมเป็นคนไม่ศรัทธาอะไร แต่ก็ไม่ลบหลู่ เป็นคนรักความสบาย ถ้าให้ผมเลือกมาวัดกับนอนอยู่บ้าน ผมก็ต้องเลือกนอนอยู่บ้าน แต่คุณเชื่อผมไหม สิ่งที่ผมทำอยู่หรืองานนั้น ผมไม่เคยชอบหรือต้องการที่จะทำ บาป บุญ ผมก็ไม่ได้สนใจ แต่**สิ่งที่ทำให้ผมอยู่กับงานต่อก็คือ "รอยยิ้มของคนหมดหวัง"** มันเป็นรอยยิ้มที่ดูแล้วมีความสุขจริงๆ อ้อ! ผมลืมบอก ผมเป็นคนตลก สนุกสนาน ชอบคุย เวลาคนไข้เครียดๆ ก็จะเข้าไปหยอก บางทีก็นินทาพยาบาลกับคนไข้ ก็ขำกัน สนุกสนาน แต่ก็ไม่ได้เป็นบ่อยนักหรอก เพราะห้องที่ผมอยู่ส่วนมากจะไม่ได้สติ บางทีถึงมีสติก็พูดไม่รู้เรื่อง

การอบรมในครั้งนี้ **มีการบรรยายเรื่อง "เขาสุข เราสุข" ก็ต้องขอบคุณคาบนี้ครับ เพราะผมเกือบลาออกจากงานเพราะความกดดันรอบๆ ตัว แต่เพราะคำบรรยายเรื่องนี้ทำให้ผมอยากเห็นรอยยิ้มจากคนไข้อีกครั้ง**

ภาณุพงศ์ วรพรธนา
หอผู้ป่วยหนัก อายุรกรรม ๗ ซ้าย โรงพยาบาลมหาราชนครราชสีมา

สิบปากว่าไม่เท่าตาเห็น

ก่อนอื่นเลยต้องขอบอกว่าผมไม่ได้ถูกบังคับมาอบรมในครั้งนี้ มาเพราะความสมัครใจ อยากมาให้เห็นกับตาว่าเป็นอย่างไร เคยไปถามคนที่เคยมาแล้ว เขาบอกว่าดีอย่างนั้นดีอย่างนี้ ผมไม่เชื่อ เลยต้องลองมาสัมผัสเอง โดยปกติแล้วผมเป็นคนชอบสวดมนต์ ไหว้พระ ถ้ามีโอกาสจะนั่งสมาธิด้วย วัดวะภูแก้วมีความสงบร่มเย็น เป็นธรรมชาติมาก ได้รับการอบรมจาก**อาจารย์ที่มีความรู้และประสบการณ์เป็นอย่างมาก เรื่องที่ไม่เข้าใจก็เข้าใจมากกว่าเดิม** เช่น เรื่องการทำสมาธิ การเดินจงกรม เรื่องที่ชอบมากคือประสบการณ์เรื่องจริงของครูบาอาจารย์ ฟังสนุก มีแง่คิดต่างๆ มากมาย **เรื่องธรรมะก็สอนได้อย่างดีเยี่ยม สามารถเอาไปใช้ในชีวิตประจำวันได้เป็นอย่างดีมากๆ** เลยครับ

ปรีชา แต้วกลาง

ฝ่ายซ่อมบำรุงทั่วไป โรงพยาบาลมหาราชนครราชสีมา

นางยักษ์ขอแปลงร่างเป็นนางฟ้า

การเข้ารับการอบรมครั้งนี้ ดิฉันลองคิดตามแล้วเริ่มทบทวนเรื่องเก่าๆ ที่เคยผ่านมา รู้เลยว่าได้ทำบาปไม่น้อยเหมือนกัน โดยเฉพาะในการทำงาน ทุกตัวอย่างที่ ดร. ดาราวรรณ พูดมา ดิฉันเคยทำเกือบทั้งหมด โดยเฉพาะกับคนป่วยที่ดิฉันดูแลอยู่ เคยพูดไม่ดี ตะคอก หน้าบูด รวมถึงโมโหจนถึงขั้นแอบตีที่แขนของคนไข้แต่ไม่ได้แรงมาก พูดกระทบกระเทือนจิตใจเขาต่างๆ นานา พอเข้า

รับการอบรมในครั้งนี้ **ทำให้รู้ว่าเราสามารถทำบุญได้มากกว่าคนอื่นเสียอีก ได้โชคสองชั้นด้วย ได้ทั้งบุญ ได้ทั้งเงิน แล้วทำไมเราเลือกที่จะทำบาปล่ะ** เพราะฉะนั้น ดิฉันสัญญาเลยว่านับแต่วันนี้เมื่อออกจากวัดวะภูแก้ว ดิฉันจะเป็นคนใหม่ ไม่ทำในสิ่งที่กล่าวมา จะคอยให้กำลังใจคนป่วย คอยช่วยเหลือ เพราะเขาไม่สามารถช่วยเหลือตัวเองได้เลย และก็จะทำแบบนี้ตลอดไป

เบญจมาศ ประเสริฐพงษ์

หอผู้ป่วย Spinal Units & ICU Orthopedic โรงพยาบาลมหาราชนครราชสีมา

พิสูจน์แล้วว่าโครงการนี้เหมาะกับทุกวัย

ข้าพเจ้ามีความรู้สึกว่าโครงการพัฒนาจิตนี้เหมาะกับการขัดเกลาจิตใจเด็กเล็กและเด็กโต แล้วให้มาอบรมตอนเป็นผู้ใหญ่นี้การขัดเกลาจิตใจยังใช้ประโยชน์ได้ทันไหม

ข้าพเจ้าคิดอยู่อย่างนี้ตลอดเวลาขณะร่วมทำกิจกรรมไปด้วย ผู้เข้าร่วมกิจกรรมส่วนใหญ่เป็นวัยผู้ใหญ่เกือบถึงผู้สูงอายุ ตัวข้าพเจ้าเพิ่งเรียนจบ ทำงานยังไม่ถึงปี มีนิสัยติดสมัยใหม่ คิดไว้ว่าเมื่อเข้าร่วมกิจกรรม เราจะต้องปรับตัวให้เข้ากับสังคม น่าจะเป็นประสบการณ์ เป็นความท้าทายที่จะได้เข้ามาร่วมทำกิจกรรมกับคนวัยอื่นๆ

พอข้าพเจ้าได้เข้าร่วมทำกิจกรรมไปสักช่วงเวลาหนึ่ง อยากรู้ว่ามันดีอย่างไร จึงตั้งใจฟังทุกครั้งที่อาจารย์แต่ละคนบรรยาย คำสอนที่ได้รับฟังมาทั้งหมดมีประโยชน์ มันช่วยขัดเกลาจิตใจที่หมองมัวของข้าพเจ้าในขณะนั้นได้จริงๆ ข้าพเจ้าเข้ามาในสภาพจิตใจยังหมอง มีกิเลส และฝังใจกับบางสิ่งที่เคยพบเจอในชีวิตที่ผ่านมา ตอนนี้ข้าพเจ้าเข้าใจแล้วว่า **การมาอบรมนี้ ไม่ว่าจะเป็น**

คนรุ่นไหน วัยใด ก็สามารถรับฟังและช่วยขัดเกลาจิตใจได้ทั้งนั้น ข้าพเจ้ารู้สึกประทับใจและศรัทธาในวิทยากรทุกท่านที่มีความเชี่ยวชาญและมีความรู้ มีจิตใจที่ผ่องใส

ทวินันท์ มนัสกิจรุ่งเรือง

หอผู้ป่วยสูติกรรม ๒ โรงพยาบาลมหาราชนครราชสีมา

เริ่มเข้าใจถึงความยิ่งใหญ่ของพุทธศาสนา

ดิฉันเคยสงสัยว่า การที่เราเป็นคนดี ไม่เบียดเบียนใคร ไม่ทำให้ใครเดือดร้อน ไม่สร้างบาปหรือสร้างบาปน้อยที่สุดแล้ว การพัฒนาจิต การฝึกสมาธิ การเดินจงกรม จะมีความสำคัญอะไร ไม่จำเป็นเลย ทำไปทำไมกัน ตายไปแล้วก็แล้วไป จะไปรับรู้อะไรอีก ตัวเราเองทราบแต่ว่าเรานับถือศาสนาพุทธ แต่ไม่ได้เข้าใจถ่องแท้ถึงเนื้อในของพระพุทธศาสนาเลย ว่าพระพุทธเจ้าของเราท่านทรงตรัสรู้ แล้วเป็นผู้ให้ถึงเพียงนี้

ดิฉันเพิ่งได้ปฏิบัติธรรมอย่างจริงจังเป็นครั้งแรก เคยนั่งสมาธิ เดินจงกรม อ่านหนังสือบ้าง แต่ปฏิบัติไม่ถูกต้อง แต่เมื่อมาเข้ารับการอบรมในครั้งนี้แล้ว จิตใจและร่างกายพร้อมแล้วที่จะเริ่มเข้าใจถึงความยิ่งใหญ่ของพระพุทธเจ้า ของศาสนาพุทธเรา เรื่องสมาธิเป็นเรื่องจริงที่ดิฉันภาคภูมิใจมากที่สามารถปฏิบัติได้ มันเป็นความปีติสุขอย่างบอกไม่ถูก นับว่าเป็นบุญอย่างยิ่งที่ดิฉันได้มารับการอบรมในครั้งนี้

จิราพร ดุงศรีแก้ว

ศูนย์เปล โรงพยาบาลมหาราชนครราชสีมา

อุ่นใจที่ยังมีสถานที่ดำรง
พระศาสนาเช่นวัดวะภูแก้ว

เมื่อเข้าอบรม คณะอาจารย์ท่านบรรยายหลักธรรมต่างๆ ให้ฟัง ดิฉันได้รับความรู้และซึ้งในรสพระธรรมจริงๆ หลักคำสอนของพระพุทธศาสนาในปัจจุบันเลือนลางไปจากสมองอันน้อยนิดของดิฉันมานาน จากข่าวในสังคมปัจจุบันที่ดูเหมือนจะทำให้พุทธศาสนาเสื่อมถอยลงเรื่อยๆ พุทธศาสนิกชนทั่วๆ ไปเริ่มหมดความศรัทธา แต่เมื่อได้มาที่นี่ **ดิฉันดีใจเป็นอย่างยิ่งที่ในจังหวัดนครราชสีมายังมีสถานที่แบบนี้เหลืออยู่ให้ดิฉันอุ่นใจว่าพระพุทธศาสนาจะไม่มีวันเสื่อมสลายลงไปได้** จะว่าดิฉันพูดเกินจริงก็ไม่เป็นไร แต่ใครที่ได้มาสัมผัสวัดวะภูแก้วจะต้องเห็นจริงในสิ่งที่ดิฉันพูดอย่างแน่นอน โดยเฉพาะกิจกรรมการเจริญภาวนา นั่งสมาธิ ที่บางคนไม่เคยรู้เลยว่า “สมาธิ” เป็นอย่างไร ดิฉันเองก็ไม่เคยรู้จนได้มานั่งสมาธิที่นี่ ทำให้ดิฉันได้รู้ว่า “สมาธิ” เป็นอย่างไร

เรื่องราวที่คณะอาจารย์สอนได้เพิ่มความรู้ให้มากขึ้นจริงๆ และยังแก้ไขความเข้าใจผิดๆ ที่เคยได้รู้และประสบมาตามประสาชาวบ้าน เช่น การแก้กรรม การสะเดาะเคราะห์เป็นต้น ซึ่งดิฉันเองก็ไม่รู้เหมือนกันว่าเขาทำกันอย่างไร แต่ความจริงที่ได้รู้จากที่นี่ก็คือ **เราไม่สามารถแก้กรรมหรือสะเดาะเคราะห์ใดๆ ได้ แต่เราต้องทำความดีเพิ่มต่างหากเพื่อให้กรรมดีละลายกรรมชั่วให้เจือจางลงไป**

นภาลัย เม้าขุนทด
ห้องคลอด โรงพยาบาลมหาราชนครราชสีมา

มาเข้าคอร์สเสริมวิชาชีพพยาบาล

ขอยอมรับว่าเป็นคนที่ไม่ชอบนั่งสมาธิมาก เพราะนั่งนาน ไม่ได้ จะหงุดหงิด อดทนอะไรนานๆ ไม่ได้ หลับตานานๆ จะปวดหัว แต่**เมื่อได้มาเข้าอบรม กลับได้แนวคิดที่ดีมากมายและแง่มุมต่างๆ ที่ตัวเราเองไม่เคยรู้มาก่อน ทำให้เรารู้จักฝึกควบคุมจิตของตนเอง ทุกอย่างเริ่มที่จิตจริงๆ เมื่อมีความทุกข์เราก็จะทุกข์อยู่ไม่นาน ตัดต้นตอของทุกข์ได้**

ส่วนของการทำงาน โดยปกติเป็นการช่วยเหลือผู้ที่ตกทุกข์ได้ยาก มีปัญหา และผู้ด้อยโอกาส ผู้ป่วยโรคเรื้อรังบางคนมีปัญหาที่ซับซ้อนมาก ทำให้เรามีอารมณ์ที่ขุ่นมัว ทั้งเครียดกับตนเองและตัวผู้ป่วย ทั้งถูกตำหนิ

การฝึกจิตสามารถนำไปปรับใช้กับตนเอง ผู้ป่วยและญาติที่มีปัญหา มีความทุกข์ ทำให้ความทุกข์ของเขาเหล่านั้นเบาบางลง แม้ในกรณีที่ผู้ป่วยจะถึงช่วงเวลาสุดท้ายของชีวิต เราก็สามารถนำสิ่งที่ได้เรียนรู้และได้รับการฝึกอบรมที่วัดวะภูแก้วแห่งนี้ไปใช้ในการทำงานได้เต็มๆ เหมือนได้มาเรียนคอร์สระยะสั้นเสริมวิชาชีพพยาบาล

วรินทร อึ้งสำราญ

กลุ่มงานสวัสดิการสังคมและประกันสุขภาพ โรงพยาบาลมหาราชนครราชสีมา

ปรับเปลี่ยนตัวเองและทัศนคติที่มีต่องาน

ดิฉันเคยฝึกปฏิบัติธรรมมาบ้าง ครั้งล่าสุดเมื่อ ๙ ปีที่แล้ว ครั้งนั้นขออนุญาตแม่ไปถือศีลที่วัดเนื่องจากไม่ชอบการเรียนพยาบาล

แต่เรียนเพราะพ่อแม่อยากให้เรียน ในครั้งนั้นพบคำตอบว่า เรียนเพื่อพ่อแม่ ถ้าคิดว่าเรียนเพื่อตัวเองแล้วไปไม่รอด จากนั้นก็ไม่ได้ปฏิบัติธรรมอีกเลย แม้แต่ทำบุญใส่บาตรยังนานๆ ครั้ง

ก่อนหน้านี้ดิฉันทำงานก็ทำไปให้หมดวัน ทำได้ไม่ค่อยเต็มที่ เนื่องจากการงานที่เยอะและนอนไม่เป็นเวลา บางวันขึ้นทำงานเจอคนไข้เยอะก็ท้อแล้ว ยิ่งวันไหนเจอคนดื้อ รู้ตัว รู้เรื่อง แต่ไม่ทำตาม ก็หงุดหงิด แล้วไปอารมณ์เสียกับเพื่อนร่วมงาน เจอคนเมานี่อยากจะเดินหนีแล้วไม่ดูแลเลย บางวันงานยุ่ง คนไข้เยอะ ใครมาก็จะตรวจเดี๋ยวนี้ๆ ทั้งที่คนก่อนหน้าที่เขามาก่อนเป็นชั่วโมงๆ ยังไม่ได้ตรวจ เมื่ออธิบายให้ฟังก็ทำสีหน้าไม่พอใจ บางคนก็ด่าทอดิฉันก็ด่ากลับ เพราะมีความรู้สึกว่าฉันพูดกับคุณดีแล้ว อธิบายคุณแล้ว น่าจะพูดกันดีๆ ฉันเป็นคนให้บริการก็จริง แต่ไม่ใช่ที่รองรับอารมณ์ใคร (เพราะรู้สึกว่าพ่อแม่เรายังพูดกับเราด้วยเหตุผล ไม่เคยใช้คำหยาบคายในการพูดหรือสั่งสอน แล้วคุณเป็นใครถึงมาด่าทอเหมือนกับเราไม่ได้เป็นคนเหมือนกัน)

การอบรมทำให้รู้ว่า การทำงานต้องมีสติ ต้องรู้ว่าเราทำอะไรอยู่ ต้องเข้าใจว่าเขาป่วยต้องได้รับการรักษา ญาติเป็นห่วงจึงมีพฤติกรรมแบบนั้น เราต้องพูดเหตุผลให้ผู้ป่วยและญาติเข้าใจว่าอาการที่เป็นสมควรรอตามคิวได้หรือไม่ จากนั้นเราต้องมีสมาธิจดจ่ออยู่กับสิ่งที่ทำ เช่น เจาะเลือดหรือฉีดยา (สมาธิทำได้ทุกที่ ไม่จำเป็นต้องนั่งสมาธิ)

รู้เรื่องกฎแห่งกรรม รับทราบว่างานที่ทำเป็นการทำกรรมดี เป็นพยาบาลก็ได้บุญอยู่แล้ว แต่ถ้าทำด้วยความเต็มใจยิ่งได้บุญยิ่งๆ

ขึ้น บางครั้งแค่ยิ้มให้ผู้ป่วยบางคน เราก็รู้สึกดีขึ้น การทำกรรมดีไม่ใช่แค่ทำบุญใส่บาตร แค่เราใส่ใจผู้ป่วย ดูแลเขาอย่างเต็มที่เหมือนกับญาติคนหนึ่งของเรา ก็ได้บุญแล้ว

เมื่อกลับไปทำงาน ดิฉันจะพยายามปรับเปลี่ยนทัศนคติที่มีต่อผู้ป่วยและญาติ และนำสิ่งที่ได้รับครั้งนี้ไปใช้กับตัวเองและผู้ป่วยให้ได้มากที่สุด

รุ่งทิวา ผูพงษ์

งานพยาบาลผู้ป่วยอุบัติเหตุฉุกเฉิน โรงพยาบาลมหาราชนครราชสีมา

เปลี่ยนรังสีจิต

โดยนิสัยส่วนตัว ข้าพเจ้ามีนิสัยเป็นคนใจร้อน โมโหง่ายและพูดจาไม่รักษาน้ำใจ จริงจัง เครียดกับทุกเรื่อง ชอบความถูกต้องชอบเถียง ชอบเอาชนะ ถ้าพูดแล้วเขาไม่เห็นด้วยกับเราก็จะพาลโกรธคนผู้นั้นไปด้วย ข้าพเจ้ารับรู้ได้ถึงรังสีความไม่น่าเข้าใกล้สังเกตได้จากไม่ค่อยมีใครอยากจะคุย อยากจะสนิท อาจเป็นเพราะกลัว

จนได้มาที่วัดวะภูแก้ว ข้าพเจ้าจึงรู้สึกตัวว่า ทำไมเราจึงเป็นคนนิสัยไม่ดีอย่างนี้ เราผูกใจเจ็บ จองเวรคนอื่น แล้วยังอยากให้คนอื่นยอมรับอีกหรือนี่ บ่อยครั้งที่ข้าพเจ้าชอบใช้คำพูดรุนแรงกับคนอื่นในที่ทำงาน แต่เจตนามุ่งหวังให้งานออกมาดี แต่คำพูดที่ออกไปกลับเป็นพลังลบ ซึ่งย่อมส่งผลไม่ดีแก่คนพูด

การอบรมที่วัดทำให้รู้ว่าบุญนั้นทำง่ายนัก จากเมื่อก่อนที่คิดว่าข้าพเจ้าก็ทำงานทำหน้าที่ของตัวเองเต็มที่ แต่ไม่รู้ทำไมกลับไป

ถึงห้องตัวเองที่ไรต้องหมดแรงและไม่ค่อยอยากจะตื่นมาทำงาน เมื่อใจคิดแบบนี้ พาลให้กายไม่สดชื่นไปด้วย เหตุการณ์ล่าสุดที่ประสบมาคือเงินโอที (ล่วงเวลา) ที่ข้าพเจ้าเคยได้จำนวนหนึ่งจะถูกลดอัตราลง ข้าพเจ้าจึงรู้สึกแย่มากว่าทำไมเราทำงานหนักแต่เงินตอบแทนดูเหมือนไม่คุ้มค่ากับงานที่อุตส่าห์ตรากตรำเรียนมา

ข้าพเจ้าได้รู้ว่าเพียงทำงานด้วยธรรมฉันทะก็ได้บุญแล้ว แต่ต้องทำด้วยใจ นั่นก็คือไม่มีใครบังคับ มาจากใจจริงๆ ไม่ต้องเตรียมข้าวปลาไปถวายพระที่วัดก็ได้ทำบุญ ได้ภาวนาขณะทำงานด้วย เราได้ทำบุญตลอดเวลา ถ้าเรามีสติ มีจิตที่มีเมตตา นึกถึงว่าผู้ป่วยก็เหมือนญาติเรา การได้มาฝึกสติ ฝึกการพิจารณา ฝึกความอดทน มันช่วยข้าพเจ้าได้มากจริงๆ ข้าพเจ้าเห็นประโยชน์ชัดเจนเรื่องของสติและการยับยั้งชั่งใจเกี่ยวกับคำพูด ข้าพเจ้าจะนำหลักที่ได้จากการปฏิบัติธรรม ณ วัดวะภูแก้วไปปฏิบัติจริงในทุกขณะจิต ขอขอบพระคุณคุณครูกัลยาณมิตรทุกท่าน และบุญเก่าของข้าพเจ้าเองที่นำพามาพบกับธรรมะและได้เป็นศิษย์ของหลวงพ่อพุธค่ะ

ศิรินนภา นาคมี

หน่วยผ่าตัดหัวใจหลอดเลือดและทรวงอก โรงพยาบาลมหาราชนครราชสีมา

ต้นกล้าจากวัดวะภูแก้ว

ดิฉันเคยมาปฏิบัติธรรมที่วัดวะภูแก้ว เมื่อปี ๒๕๔๕ ตอนนั้นอยู่ชั้น ม. ๔ หลังจากได้เขียนสัญญาใจกลับไปให้คุณแม่อ่าน ๑ ฉบับ ในสัญญาใจฉบับนั้นแม่ได้อ่านและแม่ยังจำได้ จนถึงวันก่อนที่จะมาวัดวะภูแก้วในครั้งนี้ แม่ได้พูดขึ้นว่า “แม่จำได้นะ หนูเขียนถึงแม่บอกว่าหนูจะเป็นคนดี จะตั้งใจเรียน และจะเรียนพยาบาลให้ได้”

วันนี้ดิฉันได้เป็นพยาบาลสมใจแล้วและได้กลับมาปฏิบัติธรรมที่วัดวะภูแก้วอีกครั้ง นับว่าโชคดีมากที่ดิฉันได้ร่วมโครงการอบรมข้าราชการของโรงพยาบาลมหาราช

ประสบการณ์ที่ได้จากวัดวะภูแก้วครั้งนั้นคือความกล้าที่จะก้มกราบบิดามารดา ทุกครั้งที่ได้กลับบ้าน ดิฉันต้องล้างเท้าพ่อ-แม่และกราบเท้าทุกครั้ง กอดท่านทุกครั้งที่มีโอกาส ทำให้มีกำลังใจในการเรียน จนประสบความสำเร็จจนถึงทุกวันนี้ เป็นความรู้สึกที่ตื้นตันใจที่สุด เพราะได้กำลังใจจากวัดวะภูแก้วค่ะ

การกลับมาครั้งนี้ สิ่งที่ได้เรียนรู้และจะนำไปใช้คือ การมีสติจดจ่ออยู่กับปัจจุบันและอยู่กับสิ่งที่ทำ งานพยาบาลเป็นหัวใจของตัวดิฉันและเป็นอาชีพที่ใฝ่ฝันมาตลอด หากเรามีสติ งานทุกอย่างจะเป็นบุญเพราะเราเจตนา ตั้งใจที่จะทำด้วยใจ ดิฉันปฏิบัติงานอยู่หอผู้ป่วยพิเศษอายุรกรรม มักจะเจอผู้ป่วยมะเร็งระยะสุดท้าย การได้เห็นความทุกข์ทรมานและวิบากกรรมของแต่ละคน ทำให้เราตระหนักใจเรา “เราต้องเป็นคนดี มีศีลธรรม” เพื่อจะได้ลบล้างกรรมที่หนักให้เป็นกรรมที่เบาได้ และให้เราพึงตระหนักว่า สิ่งที่ต้องพึงปฏิบัติอีกอย่างคือการเจริญภาวนา ซึ่งเป็นกุศลอันยิ่งใหญ่

ศิริวรรณ หมกประโคน

หอผู้ป่วยพิเศษ อายุรกรรมการไฟฟ้า ชั้น ๙ โรงพยาบาลมหาราชนครราชสีมา

หมอใจ

การเข้าอบรมครั้งนี้ทำให้ดิฉันได้ความรู้มากมายหลายอย่างทั้งความรู้เกี่ยวกับศาสนาพุทธ การเป็นพุทธศาสนิกชนที่ดี การมีสติ

นั่งสมาธิ เจริญภาวนา หลักการดำเนินชีวิต เป็นต้น

เรื่องที่ท่านอาจารย์สอนซึ่งดิฉันชอบมากเพราะตรงกับการทำงานและการดำเนินชีวิตของพวกดิฉันโดยตรง คือเรื่อง "พลังใจเยียวยากาย" ดิฉันทำงานในหอผู้ป่วยพิเศษ แน่นอนว่าผู้ป่วยและญาติมีความคาดหวังกับการให้บริการของเจ้าหน้าที่ ซึ่งโดยปกติดิฉันจะเป็นคนยิ้มง่าย คุยเก่ง ให้ความเป็นกันเองกับผู้ป่วยเสมอ แต่ก็มีบางครั้งที่เหน็ดเหนื่อยกับการทำงาน อาจจะทำหน้าที่ได้ไม่ดีนัก แต่จากวันนี้ไป ดิฉันจะเป็นหมอใจ ดูแลผู้ป่วยเสมือนญาติ ยิ้มแย้มแจ่มใส ให้การพยาบาลด้วยความนุ่มนวล เปิดโอกาสให้ผู้ป่วยได้ซักถาม เพราะดิฉันเชื่อว่า**ทุกคนที่มาโรงพยาบาลล้วนมีความทุกข์และอยากหายจากโรคภัยไข้เจ็บ เพียงแค่คุณหมอ พยาบาลมีรอยยิ้ม มองหน้า สบตา ให้ข้อมูลเกี่ยวกับแนวทางการรักษาแก่ผู้ป่วยและญาติ ผู้ป่วยก็หายป่วยไปครึ่งหนึ่งแล้ว** ดิฉันจะทำดีให้ได้ และจะทำให้ดีกว่าเดิม ทำด้วยความเต็มใจ **ถึงแม้ดิฉันจะไม่ค่อยได้ไปวัดทำบุญบ่อยนัก แต่ดิฉันจะทำบุญกับผู้ป่วยและญาติให้มากที่สุด** ปิดทองหลังพระเรื่อยๆ แล้วทองก็จะล้นออกมาที่หน้าพระเอง

ธิดารัตน์ แพงมา

หอผู้ป่วยพิเศษ อายุรกรรมไฟฟ้า ชั้น ๘ โรงพยาบาลมหาราชนครราชสีมา

ไฟอุดมการณ์กลับมาลุกโชติช่วงอีกครั้ง

เมื่อข้าพเจ้าเรียนจบมาทำงานในอาชีพพยาบาล ข้าพเจ้าก็ได้พบเจอกับความเครียด ความกดดันแทบทุกวัน จนบางครั้งรู้สึก

ว่า ข้าพเจ้าคิดผิดหรือเปล่าที่มาเป็นพยาบาล เพราะทำงานเหนื่อยมาก บางวันก็รู้สึกเครียด ทำให้พาล มีสีหน้าบึ้งไม่ยิ้มแย้ม อารมณ์บูด ทำงานไปวันๆ อุดมการณ์ที่จะตั้งใจทำงาน ทำงานด้วยความสดชื่น ยิ้มแย้มแจ่มใส สมัยเมื่อจบมาใหม่ๆ ไม่รู้ว่ามันเริ่มหายไปตั้งแต่เมื่อไร

แต่การมาอบรมที่วัดวะภูแก้วในครั้งนี้ เสมือนการมาชำระล้างจิตใจให้กลับมามีความสุข กระตุ้นไฟของอุดมการณ์ที่หายไปให้กลับมาลุกโชติช่วงอีกครั้ง ได้เรียนรู้ธรรมะ เรียนรู้ข้อคิดของการดูแลคนไข้ด้วยจิตใจ เพื่อประโยชน์ของผู้ป่วยและประโยชน์ของตนเอง เรียนรู้การทำงานอย่างมีความสุข การทำงานของเราถือเป็นการทำบุญอยู่แล้วหากเราทำด้วยจิตใจที่บริสุทธิ์ จะทุกข์หรือจะสุขขึ้นอยู่ที่ตัวเรา การทำงานด้วยเจตนาที่ดี ทำให้เราได้รับผลกรรมดี

ตอนนี้ข้าพเจ้ารู้แล้วว่า ข้าพเจ้าคิดไม่ผิดที่มาเป็นพยาบาล เพราะเป็นอาชีพที่สามารถทำงานและทำบุญไปด้วยพร้อมๆ กัน กลับไปทำงานครั้งนี้ ข้าพเจ้าจะตั้งใจทำงานอย่างเต็มที่ ด้วยความเต็มใจ เพื่อสะสมพลังบุญ เพื่อผู้ป่วยที่เจ็บไข้จะได้มีกำลังใจหายจากความเจ็บป่วย และเพื่อโรงพยาบาลของเรา

กนกวรรณ ศิริรัตน์

หอผู้ป่วยศัลยกรรมกระดูกและข้อ ๑ โรงพยาบาลมหาราชนครราชสีมา

เลี้ยวกลับ ๓๖๐ องศา

ประสบการณ์ที่ได้จากวัดวะภูแก้ว เป็นประสบการณ์ที่หาจากที่ไหนไม่ได้ อยากให้ทุกคนได้มาปฏิบัติธรรมที่นี่ และดิฉันสัญญา

ว่ากลับไปจะปฏิบัติตัวให้ดีกว่าเดิม ไปดุไม่ว่าผู้ป่วย จะดูแลผู้ป่วยด้วยความเมตตา ที่นี่เปลี่ยนความคิดของดิฉันจากที่คิดว่าทำงานเหนื่อยล้ามาก ไม่อยากเป็นพยาบาล ไม่อยากดูแลใครก็ไม่รู้ที่ไม่ใช่พ่อแม่เรา มาคิดได้ว่าจะมีใครสักกี่คนที่ได้ทำบุญทุกๆ วันแบบเรา เปลี่ยนใจจากบาปให้เป็นบุญ ภูมิใจที่ได้เป็นพยาบาล

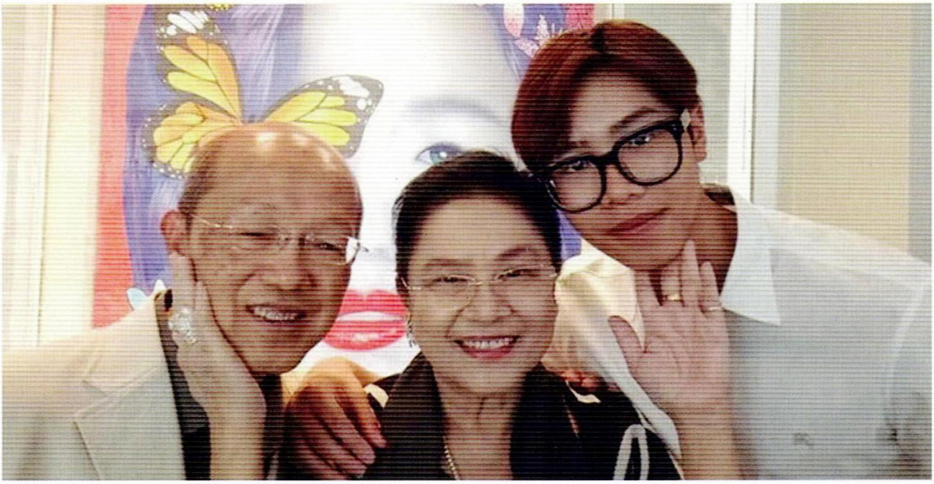
อีกเรื่องที่ได้จากวัดวะภูแก้วคือ การรู้คุณพ่อแม่ การตอบแทนพระคุณแม่ ดิฉันไม่เคยกราบเท้าแม่เลย อาย ไม่กล้าทำ ไม่เคยส่งเงินให้แม่ใช้ ถ้าไม่มีธุระจริงๆ ก็ไม่โทรศัพท์หาแม่ แต่จากนี้ไปจะโทรหาแม่ทุกวัน จะกลับไปกราบเท้าแม่ จะส่งเงินให้แม่แม้ว่าจะเป็นจำนวนน้อย อย่างน้อยเราก็ได้ตอบแทนพระคุณแม่ จะทำหน้าที่ลูกให้ดีที่สุดค่ะ

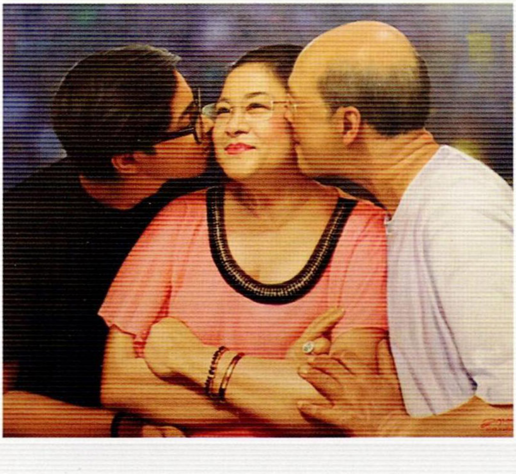
ขอบพระคุณอาจารย์วิทยากรทุกท่าน**ที่ทำให้ดิฉันเปลี่ยนเป็นคนใจเย็น มีสติ และที่สำคัญทำให้ดิฉันอยากเป็นผู้ให้ "เขาสุขเราสุข" มากกว่า จะดูแลผู้ป่วยด้วยความเมตตาเหมือนเป็นคนในครอบครัวตัวเอง**

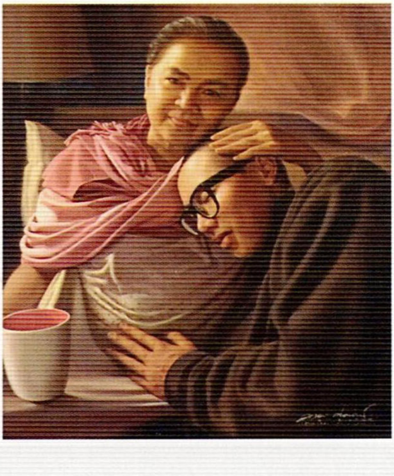
จากเป็นคนที่ชอบเดินเดอะมอลล์ ซื้อเสื้อแพง แบรนด์เนม จากนี้จะเก็บเงินที่จะซื้อเสื้อผ้าแต่ละเดือนหยอดกระปุกออมสินแล้วส่งไปให้แม่

จันจิรา เหมือนพิมพ์

หอผู้ป่วยหนักศัลยกรรมรวม โรงพยาบาลมหาราชนครราชสีมา







พลิกสัน ให้เป็นคม

พลิกกิเลส ให้เป็นธรรม

ถ้าหลง...หลงในคุณงามความดี

ถ้าโกรธ...โกรธในสิ่งไม่ดี ความไม่ดี ความบาป

ถ้าโลภ...โลภในการสร้างคุณธรรมให้มีมากในใจตน

สำคัญที่สุด หมั่นสร้างพลังสมาธิปัญญาให้แก่กล้า

ให้ทาน รักษาศีล เจริญเมตตาภาวนา

LOVE JOY PEACE

HAPPY NEW YEAR 2018

Professor Niphon Poungvarin, MD, FRCP, FRS(T)